CITIZEN
Micro HumanTech

シチズン健康機器総合カタログ 2012

電子血圧計

電子体温計

活動量計／歩数計

体組成計／体重計

コードレス温湿度計

超音波洗浄器

梱包仕様

ひとに向かって進化する

質の高い商品とサービスを通して、世界のすべての人々に役立つ新しい価値を提供する企業へ。

「ひとに向かって進化する。」
——このスローガンは、理想の姿をめざして活動する、シチズン・システムズ全社員の共通の志を表現したものです。

私たちには、シチズングループで磨かれた小型・精密化のすぐれた技術があります。
あらゆる人に使いやすい商品をデザインする思いがあります。
そして品質をどこまでも追求するスキルと、ものづくりへのこだわりがあります。
こうした強みを活かして、私たちは健康情報管理、情報・エンターテイメント、
ビジネス情報機器など、幅広い分野でより高度な商品づくりに取り組みます。
めざすのは、時と場所を選ばずにより豊かで快適な生活を実現する、もっと進んだ便利さを創造すること。
そして、一人ひとりの健康や充実した人生までサポートできる、
人にやさしい技術とサービスをひろげていくことです。

「ひとに向かって進化する。」

——この言葉を胸に、私たちはお客さまをみつめた新しい挑戦を続けていきます。

シチズン･システムズ株式会社

毎日を健やかにすごすために、家庭での健康管理を新しい習慣に

心筋こうそくや脳卒中などの重大な疾病をひきおこす生活習慣病が、
いま急速に増加しています。

肥満、高血圧、糖尿病、高脂血症などの生活習慣病は、
食べ過ぎや運動不足など日々の生活習慣が主な原因です。
その予防・改善には、生活習慣の管理とともに、
家庭での１人ひとりの健康チェックが欠かせません。
生活習慣病の多くは、あまり自覚症状をともなわずに進行します。

医療機関などでの健康診断の他に、日頃のチェックで
病気が進行する前に発見できることもあります。
家庭での毎日の健康チェックのために、シチズン・システムズでは、
誰でもかんたんに使用できる電子血圧計や電子体温計、
体組成計などをお届けしています。

日々の健康状態を管理する、
新しい健康習慣をサポートします。

目次

電子血圧計 2
電子体温計 16
活動量計／歩数計 22
体組成計／体重計 32
コードレス温湿度計 34
超音波洗浄器 36
梱包仕様 38

電子血圧計

毎日、手軽に血圧チェック。隠れ高血圧も見逃しません。

朝や晩、時間を決めて、毎日の血圧をチェックする。健康管理の新しい習慣のために、血圧計を備えている家庭が増えています。家庭での血圧測定のメリットは、夜間に血圧が下がらず朝方にピークを迎える「早朝高血圧」や、ふだんは高い血圧値なのに病院で測ると正常な「仮面高血圧」など、病院では発見しにくい隠れた情報をチェックできること。また、毎日同じ条件で血圧を測り、記録することで、医師の診断に役立つ重要な情報が得られます。シチズン・システムズでは、病院と同様に上腕にカフを巻いて測る上腕式血圧計と、腕まくりせずに手軽に測れる手首式血圧計を提供し、正確さと便利さで、毎日の血圧チェックをサポートします。

血圧を知ろう

高血圧は、自覚症状をともなわず進行し、気づかないうちに動脈硬化を促進させ、心筋こうそくや脳卒中などの生命にかかわる疾病を引き起こす要因と言われています。自分の血圧を知ることは、日々の食事や運動などの生活習慣を見直すための重要なヒントになります。継続的に家庭での血圧測定を心がけ、体の重要な情報を見落とさないようにしましょう。

血圧とは

図.A

心臓は体の隅々まで血液を循環させるためのポンプで、血液は心臓が収縮して動脈内に拍出されています。成人の心臓は握りこぶしくらいの大きさで、1日に10万回以上も拍動しています。
血圧とは、心臓から送り出される血液の流れによって、動脈の壁にかかる圧力のことです。送り出される血液の量と動脈の太さと柔軟性などによって血圧は決まります。一般に血管は加齢とともにしなやかさを失うといわれ、血圧も加齢とともに上昇していく傾向があります。
血圧を測定する場合、通常、最高血圧と最低血圧が記録されます。心臓が収縮して血液が心臓から送り出されるときの最も高い血圧を収縮期血圧（最高血圧）といい、心臓が拡張して血管にかかる圧力が最低のときの血圧を拡張期血圧（最低血圧）といいます。

血圧は常に変化しています

図.B

血圧は、体のリズム、姿勢、精神状態、ストレス、気温などの影響を受けやすく、健康な方でも1日の間にかなり大きく変動しています。たとえば、日中は高く夜間は低下します。また、食事中や会話中などは血圧が上がりますが、食後は下がります。日常生活の1つ1つの動作をとっても血圧は常に変動しています。

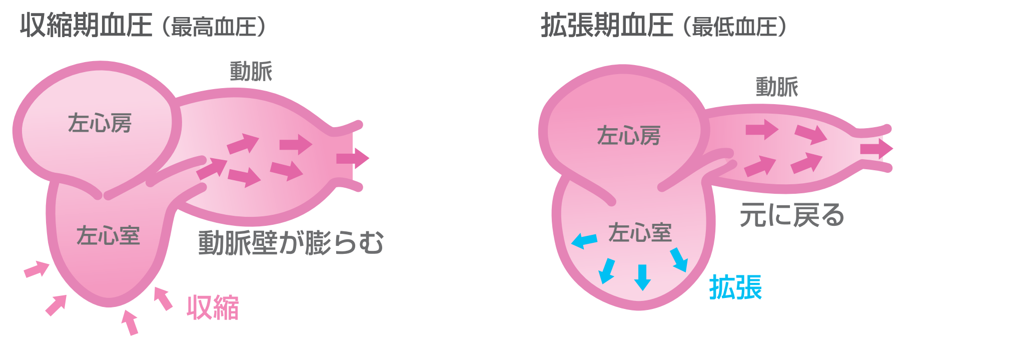


図. A

■血圧の日内変動の一例（5分おきに測定した1日の血圧値）

Bevan AT, Honour AJ, Stott FH. Clin Sci 1969;36:329-44

図. B

高血圧とは

図.C

世界保健機構（WHO）、国際高血圧学会（ISH）では、下図のように血圧の分類を定めています。日本高血圧学会では、高血圧基準として診察室で測定した最高血圧が140mmHg以上、最低血圧が90mmHg以上、また家庭で測定した最高血圧が135mmHg以上、最低血圧が85mmHg以上と定義しています。一言に高血圧と言っても、血圧が「いつ高いのか」によって異なります。「早朝高血圧」、「夜間高血圧」といった特定の時間帯だけ血圧が高くなるタイプや、病院などでの測定値が家庭での測定値よりも高くなる「白衣高血圧」や病院での測定値は正常で家庭では高い「仮面高血圧」といった、測定環境で数値が変わるタイプなどがあることがわかってきました。

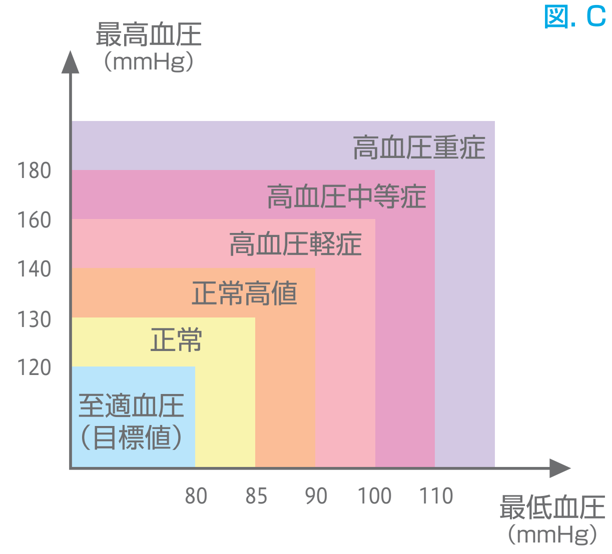


図. C

朝、夜の血圧測定

血圧は測る時間や場所で変動するため、家庭で血圧を測ることは、医療機関などで一時的に測るよりも血圧の変動に関する情報が多く得られると言われています。日本高血圧学会（「高血圧治療ガイドライン 2009」）では、家庭血圧の高血圧基準を最高135／最低85mmHg 以上と定めています。（診察室の高血圧基準は最高140／最低90mmHg以上）
血圧は常に変化していますが、朝方の血圧が高い「早朝高血圧」、夜間の血圧が高い「夜間高血圧」といった特定の時間帯だけ血圧が高くなるタイプがあります。そこで、家庭血圧の朝夜1回目の長期間の平均値を診ることにより、血圧変動の正しい評価をすることが可能になります。

朝夜分けて血圧管理

図.D

CH-551、CHD701、CH-658は、測定値を、朝・夜分けてメモリーできます。またメモリーされた最新7日の平均値を確認することができます。測定した時間に合わせて血圧管理ができ、長期にわたる健康のバロメーターとして、ご活用頂けます。

家庭での測り方	朝	夜
測定タイミング	・起床後 1 時間以内	・就寝前（含 飲酒、入浴後）
	・排尿後	・座位 1 ～ 2 分安静後
	・朝の服薬前	
	・朝食前	
	・座位 1 ～ 2 分安静後	
測定回数	・1 機会 1 回以上	
測定期間	・できる限り長期間	
記録	・すべての測定値を記録する	
評価	・朝、夜それぞれの平均値で評価	

図. D

CH-658　CH-551

電子血圧計

シチズン電子血圧計の主な機能

測定方式 測定箇所
- 上腕で測定
- 手首で測定
- かんたん装着のダイヤルカフ
- ソフトカフ
- ハードカフ

主な特長

メモリー機能
- 90回×2人分をメモリー
- 90回メモリー
- 60回メモリー
- 前回値メモリー
- 朝・夜分けてメモリー
- 朝・夜分けて60回分をメモリー

平均値メモリー
- 全メモリーの平均値を表示
- 最新3回の平均値を表示
- 朝夜最新7日の平均値を表示

マーク表示
- 血圧値をグラフで表示
- 体動をマークで表示
- 脈の変動をマークで表示

その他仕様
- 時計機能
- 時計とアラームの機能
- 自動測定機能（加圧･測定･排気･再加圧）
- 自動電源オフ機能
- カフがしまえる

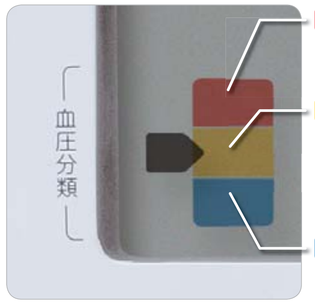
使用電池 電池寿命（回数は目安）
- 単4形アルカリ乾電池×2本 400回
- 単3形アルカリ乾電池×4本 500回
- 単3形アルカリ乾電池×4本 1000回

付属品
- 収納ケース付き
- キャリングケース付き
- ポーチ付き
- 血圧手帳付き

ご自分の血圧値レベルが分かる

測定値を血圧分類表示

測定された血圧値を日本高血圧学会「高血圧治療ガイドライン2009」の家庭における高血圧基準にもとづいて、3段階で表示します。一目でご自身の血圧値のレベルが分かります。
※右図はCH-551



赤色 **高血圧のめやす** 最高135／最低85mmHg以上

黄色 **正常高値のめやす** 最高135／最低85mmHg未満、最高125／最低80mmHg以上

青色 **正常血圧のめやす** 最高125／最低80mmHg未満

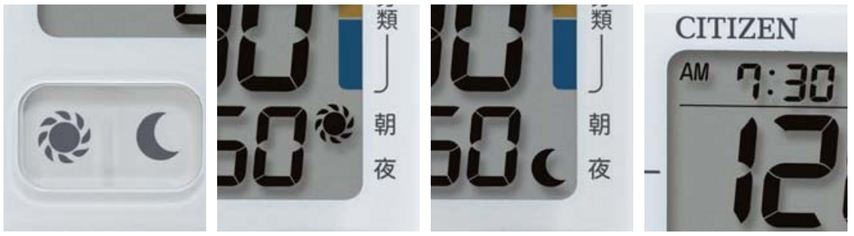
対応機種
CH-551、CHD701、CH-658

血圧の変化を測る

朝・夜分けて血圧管理・・・時間帯によって異なる隠れた高血圧を見つける

最高血圧値、最低血圧値、脈拍数を日付、時刻とともに朝メモリー、夜メモリーに分けてメモリーします。
測定した時刻に合わせて、メモリー先を分けて管理できます。
※右図はCH-658

対応機種
CH-551、CHD701
CH-658



朝・夜メモリーボタン　朝メモリー表示　夜メモリー表示　時刻表示 ※CH-551、CHD701は日付表示併記

平均値の表示・・・血圧の変化を知る

メモリーボタンを押すと、自動的に平均値を表示します。
最新のご自身の測定値と比べることで、血圧値の変化が分かります。また、過去の測定値と現在の平均値を比較することで長期間の血圧の変動が把握できます。

※平均値の表示方法は、機種によって異なります。

平均値内容	対応機種
全メモリー平均	CH-463E
最新3回分平均	CH-551、CH-550、CH-453F、CHD701、CH-657F-BK、CH-650F-BK、CH-657F（各色）、CH-650F
朝夜最新7日間の平均	CH-551、CHD701、CH-658

CH-550

誤測定の防止をサポートする

体動マーク表示

測定中に手や手首などが動き、大きな圧力変化を検出した場合、測定終了後に「体動マーク」でお知らせします。
体動マークが点灯した場合は、再測定をお勧めします。

※マークは機種によって異なります。
上腕式：
手首式：

対応機種
CH-551、CH-550、CH-453F、CHD701、CH-657F-BK、CH-650F-BK、CH-658、CH-657F（各色）、CH-650F

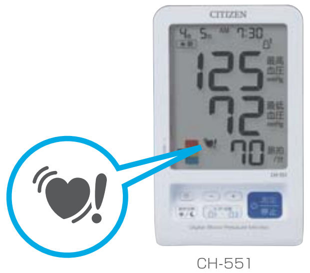
CH-650F

脈間隔変動マーク表示

測定中の脈の間隔が不規則な場合、測定終了後に「脈間隔変動マーク」でお知らせします。
脈間隔変動マークが点灯した場合は、再測定をお勧めします。

※「脈間隔変動マーク」が頻繁に表示される場合は、ご自身の健康状態について医師に相談してください。

対応機種
CH-551、CH-550、CH-453F、CHD701、CH-657F-BK、CH-650F-BK、CH-658、CH-657F（各色）、CH-650F



CH-551

new

２人分の測定結果を朝・夜に分けて表示

CH-551

オープン価格

医療機器認証番号　223ADBZX00049000
寸法：約 105（幅）× 166（高さ）× 122（奥行）mm
質量：本体 約 410g（電池含まず）　ソフトカフ 約 130g
商品コード：CH551
JAN コード：4562191601689

- 大画面液晶に見やすい表示
- ９０回×２人分の測定値をメモリー
- 最新３回分の平均値を表示
- 朝と夜のメモリーを分けて表示
- 測定した血圧を血圧分類表示
- 選べる３パターンの時計表示

本体後ろに
カフを収納できます

new

見やすくて使いやすい大きな表示

CH-550

オープン価格

医療機器認証番号　223ADBZX00039000
寸法：約 105（幅）× 166（高さ）× 122（奥行）mm
質量：本体 約 400g（電池含まず）　ソフトカフ 約 130g
商品コード：CH550
JAN コード：4562191601672

- 大画面液晶に見やすい表示
- ９０回分の測定値をメモリー
- 最新３回分の平均値を表示
- 測定結果を日付・時刻とともにメモリー
- かんたん操作のワンボタン測定
- 選べる３パターンの時計表示

本体後ろに
カフを収納できます

コンパクトボディに充実したメモリー・表示機能を搭載　CH-551、CHD701

90 回× 2 人分の測定値をメモリー

最高血圧値、最低血圧値、脈拍数を日付、時刻とともに 2 つの登録先に分けてメモリー。2 人分のデータを各 90 回分（合計 180 回分）メモリーします。2 人分の血圧管理が 1 台でできます。

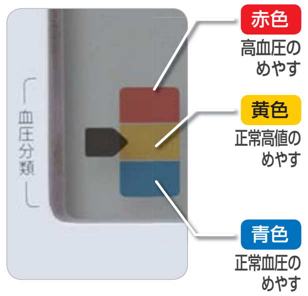
朝と夜のメモリーを分けて表示

朝や夜に測定し、メモリーされた測定結果を分けて表示します。
朝・夜それぞれの最新 7 日間の平均値も表示します。

※ 3 日以上の測定で、平均値を表示します。

測定値を血圧分類表示

測定された血圧値を日本高血圧学会「高血圧治療ガイドライン 2009」の家庭における高血圧基準にもとづいて、3 段階で表示します。
一目でご自身の血圧値のレベルが分かります。

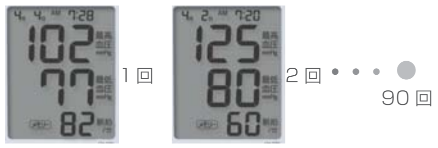


より見やすく、分かりやすくユーザー視点の操作性を実現　CH-551、CH-550、CHD701

測定値を 90 回分メモリー

※下図は CH-550
CH-551、CHD701 は 90 回× 2 人分、朝・夜メモリー搭載

最高血圧値、最低血圧値、脈拍数を日付、時刻とともに 90 回分メモリーします。
測定開始も「測定 / 停止」ボタン 1 つでかんたんスタート。



正しい測定のためのサポート機能

誤測定を防ぐ　血圧の変化が分かる

大きな文字で見やすい表示

大きな液晶に、血圧、脈拍、日付、時刻を見やすく表示します。

表示
実寸大▶

選べる 3 パターンの時計表示

※下図は CH-550

血圧計として使わない時は、置き時計代わりに日付、時刻を表示します。

キャリングケース付き

カフの取り付け取り外しがかんたんな「ダイヤルカフ」採用モデル

CH-463E

オープン価格

医療機器認証番号　219ADBZX00069000
寸法：約 112（幅）× 152（高さ）× 148（奥行）mm
質量：本体 約 520g（電池含まず）　ダイヤルカフ 約 250g

商品コード：CH463E　JAN コード：4562191600446

- ダイヤルを回すだけでかんたんにカフを装着可能
- リリースレバーを押すだけでかんたんにカフの取り外しが可能
- かんたん操作のワンボタン測定

上腕　ダイヤルカフ　60回メモリー　平均値（全メモリー）
時計&アラーム　自動測定　自動電源オフ　カフ収納　単3電池×4本 500回　キャリングケース

測定中の体の動きや脈間隔の変動をマークでお知らせ

CH-453F

オープン価格

医療機器認証番号　221ADBZX00065000
寸法：約 130（幅）× 53（高さ）× 118（奥行）mm
質量：本体 約 240g（電池含まず）　ソフトカフ 約 130g

商品コード：CH453F　JAN コード：4562191601344

- 測定中の体動をマークでお知らせ
- 測定中の脈間隔の変動をマークでお知らせ
- かんたん操作のワンボタン測定

上腕　ソフトカフ　90回メモリー　平均値（最新3回）　体動マーク　脈間隔変動マーク
自動測定　自動電源オフ　単3電池×4本 1000回

ワンボタン操作で快適測定

CH-433B

オープン価格

医療機器認証番号　219ADBZX00127000
寸法：約 129（幅）× 55（高さ）× 119（奥行）mm
質量：本体 約 240g（電池含まず）　ソフトカフ 約 130g

商品コード：CH433B　JAN コード：4562191600590

- 加圧設定スイッチで 4 段階の設定が可能
- かんたん操作のワンボタン測定
- 静音設計により快適な測定環境を提供

上腕　ソフトカフ　前回値メモリー
自動測定　自動電源オフ　単3電池×4本 1000回

new

「ダイヤルカフ」でかんたんぴったり装着、メモリー機能充実の大画面モデル

CHD701

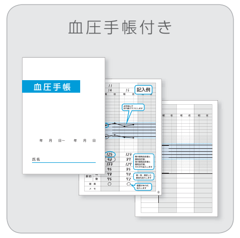
オープン価格

医療機器認証番号　223ADBZX00089000
寸法：約 105（幅）× 166（高さ）× 122（奥行）mm
質量：本体 約 410g（電池含まず）　ダイヤルカフ 約 250g

商品コード：CHD701　JAN コード：4562191601801

- かんたんに正しく装着できるダイヤルカフ
- 大画面液晶に見やすい表示
- 90回×2人分の測定値をメモリー
- 最新3回分の平均値を表示
- 朝と夜のメモリーを分けて表示
- 測定した血圧を血圧分類表示
- 選べる3パターンの時計表示

一部販売店でのお取扱い



上腕　ダイヤルカフ
90×2人メモリー　朝夜メモリー　平均値（最新3回）　平均値（朝夜7日）　血圧分類マーク　体動マーク　脈間隔変動マーク
時計　自動測定　自動電源オフ　単3電池×4本 500回　キャリングケース　血圧手帳

「ダイヤルカフ」について　CH-463E、CHD701

より正しい測定のために シチズンならではの親切設計

家庭での血圧測定で大切なこと、それは測定環境を一定にすることです。
その中でも見落とされやすいのが血圧計の「装着」の仕方。腕帯を装着するとき、締め付け具合はいかがですか？

きつく締めすぎたり、ゆるすぎたりすると測定した数値が正しいものとはいえません。
そこで腕帯の締め付け方を一定にするために開発されたのが、ダイヤルカフです。

ダイヤルを回すだけで 腕帯の締め付け方を一定に

装着する向き、位置合わせ、締め付け方、いずれもとてもかんたん。エアホースを手のひら側にし、腕を通してダイヤルを回すだけ。
締め付け具合は回すだけで調節され、空回りすると締め付け完了です。

※ダイヤルカフの開発には杏林大学 嶋津秀昭先生にご協力頂きました。

腕に通してまわすだけのかんたん装着、ダイヤルカフの使い方

1
腕に通して

2
空回りするまでダイヤルをまわして

3
ワンボタンで測定開始

4
測定後リリースレバーを押すとカフが広がり、取り外しもかんたん。

STYLISH BLACK

CH-657F-BK

男は黒で管理する。

ビジネスにも遊びにも手を抜かない、そんな男のモバイル血圧計。
薄型でコンパクトなボディは、カバンの中にすっと収まり、
国内の旅先や海外の出張先でも気軽に血圧をチェックできる。

STYLISH SLIM 15mm

CH-657F-BK

本体厚さが約 15mm、業界最薄クラスの薄型モデルです。コンパクトに収納できるソフトカフを採用しているので、ワイシャツの胸ポケットに入れることができ、メモリーは 90 回分の測定値をメモリーできます。

BIG FONT

CH-650F-BK

大きい表示で血圧の測定値が見やすく、測定時に装着がしやすいハードカフを採用しており、メモリーは 60 回分の測定値をメモリーできます。

電子血圧計

手首式血圧計

new

薄さ約 15mm で携帯に便利な薄型血圧計

CH-657F-BK

オープン価格

医療機器認証番号　221ADBZX00035000
寸法：約 69（幅）× 70（高さ）× 15（奥行）mm（手首カフ含まず）
質量：約 86g（電池含まず）

商品コード：CH657F-BK　JAN コード：4562191601740

- コンパクトに収納できるソフトカフを採用
- 測定中の体動をマークでお知らせ
- 測定中の脈間隔の変動をマークでお知らせ
- かんたん操作のワンボタン測定

new

測定値が見やすい大きな表示

CH-650F-BK

オープン価格

医療機器認証番号　221ADBZX00090000
寸法：約 65（幅）× 74（高さ）× 29（奥行）mm（手首カフ含まず）
質量：約 103g（電池含まず）

商品コード：CH650F-BK　JAN コード：4562191601757

- 測定時に装着しやすいハードカフを採用
- 測定中の体動をマークでお知らせ
- 測定中の脈間隔の変動をマークでお知らせ
- かんたん操作のワンボタン測定

こだわりの オールブラック仕様

ブラックに統一した 本体、付属品

外観の仕上げにこだわり、本体ばかりでなく、カフ・カフリング・付属品すべてをシックなブラックカラーに。

オフィスやホテル、移動中もスタイリッシュに測定できます。

さらに使用シーンを考慮し、本体には「UV 塗装」を施して耐傷性と質感の向上を図っています。

スタイリッシュブラックモデルには携帯に便利なブラックカラーの収納ケースとポーチが付属されています。

CH-657F-BK 用 収納ケース

CH-650F-BK 用 収納ケース

ポーチ（両モデル共通）

朝、夜分けて血圧管理が可能な薄型血圧計

CH-658

オープン価格

医療機器認証番号　222ADBZX00060000
寸法：約 70（幅）× 71（高さ）× 15（奥行）mm（手首カフ含まず）
質量：約 90g（電池含まず）

商品コード：	JAN コード：
CH658-WH	4562191601597

- 朝・夜分けて各 60 回分の測定結果をメモリー
- 朝・夜メモリーそれぞれの最新 7 日間の平均値を表示
- 測定した血圧値を血圧分類マークでお知らせ
- 測定結果を日付・時刻とともにメモリー
- かんたん操作のワンボタン測定

収納ケース付き

測定値が見やすい大きな表示

CH-650F

オープン価格

医療機器認証番号　221ADBZX00090000
寸法：約 65（幅）× 74（高さ）× 29（奥行）mm（手首カフ含まず）
質量：約 103g（電池含まず）

商品コード：	JAN コード：
CH650F	4562191601382

- 測定時に装着しやすいハードカフを採用
- 大画面液晶で見やすい表示
- 測定中の体動をマークでお知らせ
- 測定中の脈間隔の変動をマークでお知らせ
- かんたん操作のワンボタン測定

収納ケース付き

シルバー

薄さ約 15mm で携帯に便利な薄型血圧計

CH-657F

オープン価格

医療機器認証番号　221ADBZX00035000
寸法：約 69（幅）× 70（高さ）× 15（奥行）mm（手首カフ含まず）
質量：約 86g（電池含まず）

商品コード：		JAN コード：
（シルバー）	CH657F	4562191600798
（ピンク）	CH657F-PK	4562191601474
（シャンパンゴールド）	CH657F-CG	4562191601467
（ペパーミント）	CH657F-PM	4562191601450

- おしゃれなカラーの薄型血圧計
- コンパクトに収納できるソフトカフを採用
- 測定中の体動をマークでお知らせ
- 測定中の脈間隔の変動をマークでお知らせ
- かんたん操作のワンボタン測定

PK ピンク

CG シャンパンゴールド

PM ペパーミント

収納ケース付き

正しく血圧を測るためのポイント

入浴や食事の直後は血圧の変化が激しいので避けてください。決まった生活リズムの中で、毎日同じ時間に測定することが大切です。

毎日同じ時間に測りましょう

血圧は 1 日の中でも変化しますので、毎日同じ時間に測り、日々の変化を記録しましょう。

測定するときは

尿意や便意があるときは、排尿や排便をすませてから測定しましょう。
薬を飲む前、食事の前に測定しましょう。

リラックスしましょう

座位で数分間安静にして、リラックスしてから測定しましょう。
ゆっくり深呼吸を数回行うと効果的です。

測定中は

楽な姿勢で安静に保って、測定しましょう。
腕や手首を動かしたり、話をしないようにしましょう。

正しい姿勢で測りましょう

血圧を測る時は、カフの位置が心臓と同じ高さにあることが重要です。手のひらは上に向け、腕の力は抜いた状態で測定しましょう。

上腕式血圧計

手首式血圧計

手首のすじから 1 ～ 2cm のところにカフが位置するように巻きます。

電子血圧計

比較表

上腕式血圧計

new
new
new
一部販売店でのお取扱い

型式	CH-551	CH-550	CH-463E	CH-453F	CH-433B	CHD701
希望小売価格（税込み）	オープン価格	オープン価格	オープン価格	オープン価格	オープン価格	オープン価格
寸法（幅×高さ×奥行）	105×166×122mm	105×166×122mm	112×152×148mm	130×53×118mm	129×55×119mm	105×166×122mm
適用腕周範囲	約22～32cm	約22～32cm	約20～32cm	約22～32cm	約22～32cm	約20～32cm
質量（本体質量には電池含まず）	本体 約410g　カフ 約130g	本体 約400g　カフ 約130g	本体 約520g　カフ 約250g	本体 約240g　カフ 約130g	本体 約240g　カフ 約130g	本体 約410g　カフ 約250g
腕帯（カフ）	ソフトカフ	ソフトカフ	ダイヤルカフ	ソフトカフ	ソフトカフ	ダイヤルカフ
メモリー	90回×2人分（合計180回分）	90回	60回	90回	前回値	90回×2人分（合計180回分）
朝・夜メモリー	●	-	-	-	-	●
平均値	最新3回、朝・夜 最新7日間	最新3回	全メモリー	最新3回	-	最新3回、朝・夜 最新7日間
血圧分類表示	●	-	-	-	-	●
体動マーク	●	●	-	●	-	●
脈間隔変動マーク	●	●	-	●	-	●
脈拍血圧同時表示	●	●	●	●	-	●
時計表示	●	●	●	-	-	●
測定時刻表示	●	●	●	-	-	●
自動測定	●	●	●	●	●	●
自動電源オフ	●	●	●	●	●	●
電源	単3形乾電池×4本	単3形乾電池×4本	単3形乾電池×4本	単3形乾電池×4本	単3形乾電池×4本	単3形乾電池×4本
電池寿命	約500回※1	約500回※1	約500回※1	約1000回※2	約1000回※2	約500回※1
カフ収納	●	●	●	-	-	-
キャリングケース	-	-	●	-	-	●
掲載ページ	P.6	P.7	P.8	P.8	P.8	P.9

手首式血圧計

new
new

型式	CH-657F-BK	CH-650F-BK	CH-658	CH-657F	CH-650F
希望小売価格（税込み）	オープン価格	オープン価格	オープン価格	オープン価格	オープン価格
寸法（幅×高さ×奥行）（手首カフ含まず）	約69×70×15mm	約65×74×29mm	約70×71×15 mm	約69×70×15mm	約65×74×29mm
質量（電池含まず）	約86 g	約103g	約90 g	約86 g	約103g
腕帯（カフ）	ソフトカフ	ハードカフ	ソフトカフ	ソフトカフ	ハードカフ
手首周長	13.5～21.5cm	13.5～21.5cm	13.5～21.5cm	13.5～21.5cm	13.5～21.5cm
メモリー	90回	60回	朝・夜×各60回（合計120回）	90回	60回
朝・夜メモリー	-	-	●	-	-
平均値	最新3回	最新3回	朝・夜 最新7日間	最新3回	最新3回
血圧分類マーク	-	-	●	-	-
体動マーク	●	●	●	●	●
脈間隔変動マーク	●	●	●	●	●
測定時刻表示	-	-	●	-	-
自動測定	●	●	●	●	●
自動電源オフ	●	●	●	●	●
電源	単4形アルカリ乾電池×2本	単4形アルカリ乾電池×2本	単4形アルカリ乾電池×2本	単4形アルカリ乾電池×2本	単4形アルカリ乾電池×2本
電池寿命	約400回※3	約400回※3	約400回※4	約400回※3	約400回※3
収納ケース	●	●	●	●	●
ポーチ	●	●	-	-	-
掲載ページ	P.11	P.11	P.12	P.12	P.13

※1：1日1回、室温22℃、170mmHg 加圧で測定し、アルカリ乾電池を使用した場合。
※2：1日1回、室温23℃、160mmHg 加圧で測定し、アルカリ乾電池を使用した場合。
※3：1日1回、室温22℃、180mmHg 加圧で測定し、アルカリ乾電池を使用した場合。
※4：1日2回、室温22℃、180mmHg 加圧で測定し、アルカリ乾電池を使用した場合。

健康管理の新発想。

人間の体は、体温をコントロールして、常に一定に保つようになっています。寒かったらふるえたり、暑かったら汗をかいたりと、体の中でエネルギーを産生したり、熱を放散したりしてバランスを保ち、常に体温を"一定"に保つように働いてます。体温にはある程度の目安があり、それはわきの測定で約36.8℃だといわれます。体温を保つと体の機能が正常に働き、病気にかかりにくくなります。一方、体温が低い状態が続くと基礎代謝が低下し、内臓などの機能も低下するため、体調も悪くなります。体温を知るということは体調を知ることにもつながり、健康管理のために大切なことです。
シチズン・システムズは便利で使いやすいさまざまなタイプの電子体温計で体調管理をサポートします。

シチズン電子体温計の主な機能

測定方式 測定部位
- 予測・実測：予測・実測検温
- 実測：実測検温
- 赤外線：赤外線検温
- わき専用：わき専用
- わき・口中：わき・口中両用
- 口中専用：口中専用
- 耳専用：耳専用

主な特長・仕様
- 4桁表示：表示桁数4桁表示
- 3桁表示：表示桁数3桁表示
- バックライト：バックライト搭載
- 防水：水洗いができる防水機能（防浸形）
- 抗菌：抗菌樹脂使用で清潔
- オートパワーオフ：オートパワーオフ機能

メモリー・お知らせ
- 前回値メモリー：前回の測定値を自動メモリー
- ブザー：検温状態をブザーでお知らせ
- 振動：検温状態を振動でお知らせ

使用電池 電池寿命（期間は目安）
- CR2025 5500回（予測検温）：CR2025 5500回
- LR44 3000回：LR44 3000回
- LR44 約3年（実測検温）：LR44 3年
- LR44 約1年：LR44 1年
- LR41 2500回（予測検温）：LR41 2500回
- LR41 1200回（予測検温）：LR41 1200回
- LR41 1000回（予測検温）：LR41 1000回
- LR41 約3年：LR41 3年
- 電池交換可能：電池交換が可能

付属品
- 収納ケース：収納ケース付き
- サポートリング：サポートリング付き

予測式体温計の基礎知識　CTEB502、CTE501、CTEB503L、CT791SP、CT786SP

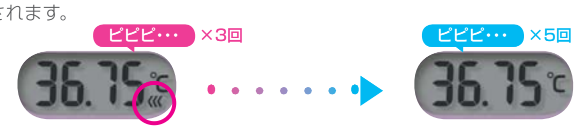
予測式体温計は、平衡温を予測する体温計です。

予測検温

予測検温終了時に1回目のブザーが3回鳴り、予測検温値を表示します。予測値を表示している場合には、℃の下に予測マーク「≪」が表示されます。

実測検温

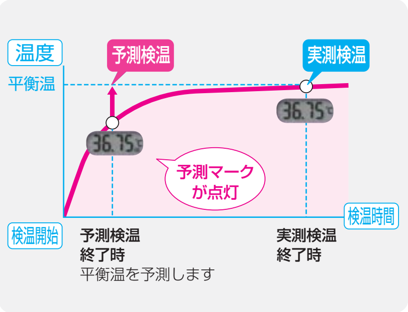
実測検温終了時にブザーが5回鳴り、実測検温が終了したことをお知らせします。



体温計を取り出さずにそのまま検温を続けてください

平衡温とは？

わきや口を閉じてから、体の内部と同じくらいの温度になった状態を「平衡温」と言います。平衡温を測るには、わきの場合は10分以上、口中の場合は5分以上かかります。当社独自のセンサーと予測機能により平衡温を予測します。



---

new
60秒 予測式
わき専用

暗いところでも見えるバックライト付き

CTEB502

オープン価格

医療機器認証番号　223ADBZX00051000
寸法：約20（幅）×125（長さ）×12.5（厚さ）mm
質量：約15g（電池含む）
商品コード：CTEB502
JANコード：4562191601719

- 電源を入れた時と検温終了時にバックライトが点灯
- 抗菌・防水仕様で水で洗えて清潔
- 電池寿命約1,000回（予測検温）、約500回（実測検温）
- オートパワーオフ（約30分後）

予測・実測｜わき専用｜3桁表示｜バックライト｜防水｜抗菌｜前回値メモリー｜ブザー｜オートパワーオフ｜LR41 1000回（予測検温）｜電池交換可能｜収納ケース

収納ケース付き

---

new
60秒 予測式
わき専用

手軽にすばやく測れる予測式

CTE501

オープン価格

医療機器認証番号　223ADBZX00050000
寸法：約20（幅）×125（長さ）×12.5（厚さ）mm
質量：約15g（電池含む）
商品コード：CTE501
JANコード：4562191601702

- 抗菌・防水仕様で水で洗えて清潔
- 電池寿命約2,500回（予測検温）、約800回（実測検温）
- オートパワーオフ（約30分後）

予測・実測｜わき専用｜3桁表示｜防水｜抗菌｜前回値メモリー｜ブザー｜オートパワーオフ｜LR41 2500回（予測検温）｜電池交換可能｜収納ケース

収納ケース付き

---

new
30秒 予測式
婦人用体温計
口中専用

口中検温時の噛み合わせに便利なサポートリング付き（2ヶ）

暗いところでも見えるバックライト付き婦人体温計

CTEB503L

オープン価格

医療機器認証番号　224ADBZX00052000
寸法：約20（幅）×125（長さ）×12.5（厚さ）mm
質量：約15g（電池含む）
商品コード：CTEB503L
JANコード：4562191601771

- 電源を入れた時と検温終了時にバックライトが点灯
- 抗菌・防水仕様で水で洗えて清潔
- 電池寿命約1,200回（予測検温）、約700回（実測検温）
- オートパワーオフ（約30分後）

予測・実測｜口中専用｜4桁表示｜バックライト｜防水｜抗菌｜前回値メモリー｜ブザー｜オートパワーオフ｜LR41 1200回（予測検温）｜電池交換可能｜収納ケース｜サポートリング

収納ケース付き

電子体温計

30秒 予測式　　わき専用

速く測れて見やすい液晶表示

CT791SP　　オープン価格

医療機器認証番号　220ADBZX00129000
寸法：約 32（幅）× 110（長さ）× 15（厚さ）mm
質量：約 19g（電池含む）

商品コード：	JAN コード：
CT791SP	4562191600699

- 先端が柔らかく曲がってわきにやさしくフィット
- 大画面液晶で見やすい表示
- 測りやすいショートボディでかんたん検温

表示原寸サイズ　柔らかい先端部でやさしくわきにフィット　電池ぶたはコインで開閉できます

予測・実測／わき専用／3桁表示／防水／前回値メモリー／ピピピッ ブザー／オートパワーオフ／CR2025 5500回（予測検温）／電池交換可能／収納ケース

収納ケース付き

実測式

はさみやすいコンパクトな新形状

CT515　　オープン価格

医療機器認証番号　221ADBZX00089000
寸法：約 24（幅）× 117（長さ）× 13（厚さ）mm
質量：約 9g（電池含む）

商品コード：	JAN コード：
（オレンジ）CT515-OR	4562191601436
（グリーン）CT515-GR	4562191601429

OR オレンジ

GR グリーン

- おしゃれなカラー体温計
- 見やすいカラー液晶で大きく表示
- 抗菌・防水仕様で水で洗えて清潔

表示原寸サイズ

電池ぶたはコインで開閉できます

実測／わき・口中／3桁表示／防水／抗菌／前回値メモリー／ピピピッ ブザー／オートパワーオフ／LR41 約3年／電池交換可能／収納ケース

収納ケース付き

実測式

水で洗えていつでも清潔

CT422　　オープン価格

医療機器認証番号　219ADBZX00169000
寸法：約 18（幅）× 128（長さ）× 8（厚さ）mm
質量：約 10g（電池含む）

商品コード：	JAN コード：
（ホワイト）CT422	4562191600583
（ブルー）CT422-BL	4562191601733
（ピンク）CT422-PK	4562191601726

ホワイト

new BL ブルー

new PK ピンク

- スタンダードタイプ
- 抗菌・防水仕様で水で洗えて清潔

実測／わき・口中／3桁表示／防水／抗菌／前回値メモリー／ピピピッ ブザー／オートパワーオフ／LR41 約3年／電池交換可能／収納ケース

30秒 予測式　　わき専用

速く測れる予測検温

CT786SP　　希望小売価格 2,625 円（本体価格 2,500 円）

医療機器認証番号　219ADBZX00023000
寸法：約 24（幅）× 143（長さ）× 13（厚さ）mm　　質量：約 21g（電池含む）
商品コード：CT786SP　JAN コード：4562191600064

柔らかい先端部でやさしくわきにフィット

電池ぶたはコインで開閉できます

- 先端が柔らかく曲がってわきにやさしくフィット

予測・実測／わき専用／3桁表示／防水／前回値メモリー／ピピピッ ブザー／オートパワーオフ／LR44 約3年（実測検温）／電池交換可能／収納ケース

実測式

検温状態を振動でお知らせ

CT785V　　希望小売価格 3,150 円（本体価格 3,000 円）

医療機器認証番号　219ADBZX00031000
寸法：約 28（幅）× 141（長さ）× 16（厚さ）mm　　質量：約 23g（電池含む）
商品コード：CT785V　　JAN コード：4562191600118

振動でお知らせ

電池ぶたはコインで開閉できます

- 検温状態を振動でお知らせ　　- 4桁表示

実測／わき・口中／4桁表示／防水／抗菌／前回値メモリー／振動／オートパワーオフ／LR44 約1年／電池交換可能／収納ケース

実測式　　婦人用体温計

実測式婦人体温計

僅少商品

CT783L　　希望小売価格 3,150 円（本体価格 3,000 円）

医療機器認証番号　219ADBZX00034000
寸法：約 25（幅）× 144（長さ）× 13（厚さ）mm　　質量：約 14g（電池含む）
商品コード：CT783L　　JAN コード：4562191600101

- 抗菌・防水仕様で水で洗えて清潔　　- 4桁表示

実測／わき・口中／4桁表示／防水／抗菌／前回値メモリー／ピピピッ ブザー／オートパワーオフ／LR41 約3年／電池交換可能／収納ケース

2秒 赤外線　　耳専用

耳で測る体温計

CT820　　希望小売価格 6,300 円（本体価格 6,000 円）

医療機器承認番号　21100BZY00194000
寸法：約 37（幅）× 131（長さ）× 25（厚さ）mm　　質量：約 45g（電池含む）
商品コード：CT820　　JAN コード：4562191600200

水洗い可能なプローブ部

- ツインセンサーで安定検温　　- プローブカバー不要で経済的

赤外線／耳専用／3桁表示／抗菌／前回値メモリー／ピピピッ ブザー／オートパワーオフ／LR44 3000回／電池交換可能／収納ケース

収納ケース付き

電子体温計

比較表

	予測・実測式体温計				実測式体温計
型式	CTEB502	CTE501	CT791SP	CT786SP	CT515
希望小売価格（税込み）	オープン価格	オープン価格	オープン価格	2,625 円	オープン価格
寸法（幅×長さ×厚さ）	約 20 × 125 × 12.5mm	約 20 × 125 × 12.5mm	約 32 × 110 × 15mm	約 24 × 143 × 13mm	約 24 × 117 × 13mm
質量（電池含む）	約 15g	約 15g	約 19g	約 21g	約 9g
検温方式 実測（時間）	●（約 10 分）	●（約 10 分）	●（約 10 分）	●（約 10 分）	●（わき：約 10 分） ●（口中：約 5 分）
検温方式 予測（時間）	●（約 60 秒）	●（約 60 秒）	●（約 30 秒）	●（約 30 秒）	-
測定部位	わき専用	わき専用	わき専用	わき専用	わき・口中
表示桁数	3 桁	3 桁	3 桁	3 桁	3 桁
バックライト	●	-	-	-	-
防水	●	●	●	●	●
抗菌	●	●	-	-	●
オートパワーオフ	●	●	●	●	●
前回値メモリー	●	●	●	●	●
ブザー	●	●	●	●	●
振動	-	-	-	-	-
電源	LR41	LR41	CR2025	LR44	LR41
ケース	●	●	●	●	●
掲載ページ	P.17	P.17	P.18	P.19	P.18

			婦人用体温計		耳式体温計
型式	CT422	CT785V	CTEB503L	CT783L	CT820
希望小売価格（税込み）	オープン価格	3,150 円	オープン価格	3,150 円	6,300 円
寸法（幅×長さ×厚さ）	約 18 × 128 × 8mm	約 28 × 141 × 16mm	約 20 × 125 × 12.5mm	約 25 × 144 × 13mm	約 37 × 131 × 25mm
質量（電池含む）	約 10g	約 23g	約 15g	約 14g	約 45g
検温方式 実測（時間）	●（わき：約 10 分） ●（口中：約 5 分）	●（わき：約 10 分） ●（口中：約 5 分）	●（約 5 分）	●（わき：約 10 分） ●（口中：約 5 分）	赤外線（約 2 秒）
検温方式 予測（時間）	-	-	●（約 30 秒）	-	-
測定部位	わき・口中	わき・口中	口中専用	わき・口中	耳専用
表示桁数	3 桁	4 桁	4 桁	4 桁	3 桁
バックライト	-	-	●	-	-
防水	●	●	●	●	-
抗菌	●	●	●	●	●
オートパワーオフ	●	●	●	●	●
前回値メモリー	●	●	●	●	●
ブザー	●	-	●	●	●
振動	-	●	-	-	-
電源	LR41	LR44	LR41	LR41	LR44
ケース	●	●	●	●	●
掲載ページ	P.18	P.19	P.17	P.19	P.19

測る場所によって異なる体温

人の体温は、測定する場所によって違っています。体の表面の温度を「皮膚温」、脳や内臓など体の内部の温度を「深部体温」といいます。「皮膚温」は、手足など体の中心から離れるほど、室温などの影響を受けて低くなります。正確な体温を知るためには「深部体温」の測定が必要ですが、体の内部なのでかんたんに測ることができません。
そこで、体温を測ることができる場所として、通常は右のような部位によって測定が行われます。体温計により測定部位が決まっていますので、ご購入の際は注意してください。

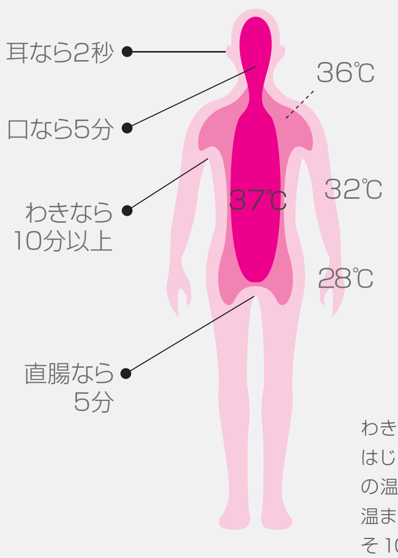
●鼓膜温（耳の穴）
耳式体温計で測ります。

●腋窩温（わきの下）
わきに体温計をはさんで測ります。日本では腋下（わきの下）での測定が主流です。腋窩温は皮膚温ですが、深部体温の指標となります。

●口腔温（口の中）
口（舌下）で体温計をくわえて測ります。

●直腸温（おしり）
「深部体温」をほぼ忠実に示しているといわれます。体温計を肛門に挿入して測ります。

検温時間のめやす



〈体内の仮想温度分布〉

わきや口を閉じて測定をはじめてから、体の内部の温度（平衡温）近くに温まるまで、わきでおよそ 10 分、口中でおよそ 5 分かかります。

「基礎体温」は女性の健康の鏡

月経と排卵のサイクルを示す「基礎体温」

基礎体温とは、体の動きが一番安静な状態にあるときの体温をいいます。女性は月経や排卵に伴い、基礎体温が変動し、基礎体温を測定することで体のリズムを知ることができます。基礎体温の高い時期と低い時期があり、高い時期を高温期、低い時期を低温期といいます。月経が始まるころになると低温期となり、排卵の時期に基礎体温は一番低くなります。排卵後には基礎体温は上昇して高温期となり、次の月経が始まるまで高い状態が続きます。

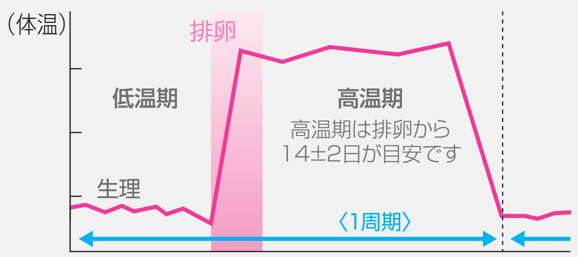
婦人用体温計で基礎体温を知ろう

基礎体温を測定するには婦人用体温計を使って、口中（舌下）で測ります。婦人用体温計の目盛りは 0.01℃単位になっていて、微妙な体温の変化を測定します。毎朝なるべく同じ時間に起き、目覚めてからすぐに体温を測定することが大切です。測定前に動いたり、伸びをしたりしないようにします。そのため、夜寝る前には婦人用体温計を枕元に置いておくと良いでしょう。測定した値は記録を続けると、妊娠や健康状態を知るのに役立ちます。

健康状態によって基礎体温のリズムは変わります

基礎体温は女性の健康を示すバロメーターでもあります。忙しく不規則な生活が続いたり、精神的ストレス、肥満、過度の運動、病気などの影響が基礎体温のリズムに現れます。基礎体温を継続して測定することで、健康状態を知る指標になります。

基礎体温の変化例



1日1万歩で、生活習慣病を防ぐ。

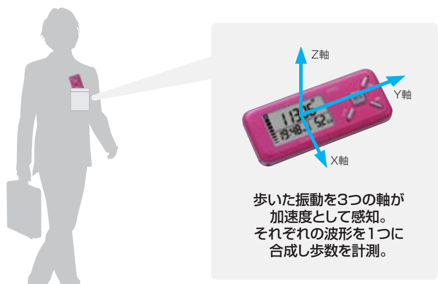
たくましく、軽快に、いつもより早足で歩く。そんなウォーキングが、健康の維持、増進に役立つ手段として人気を高めています。いつでもできること、無理せず自分のペースでできること、家族や友人と一緒にできることなど、手軽さが人気の秘訣です。手軽なウォーキングは、姿勢や歩幅、スピードなどを意識して継続することで骨の強化や心肺機能の向上、生活習慣病の予防につながることが明らかになってきました。シチズン・システムズの歩数計をお供に、まずは1日1万歩の目標から歩くことを続けてください。

シチズン活動量計・歩数計の主な機能

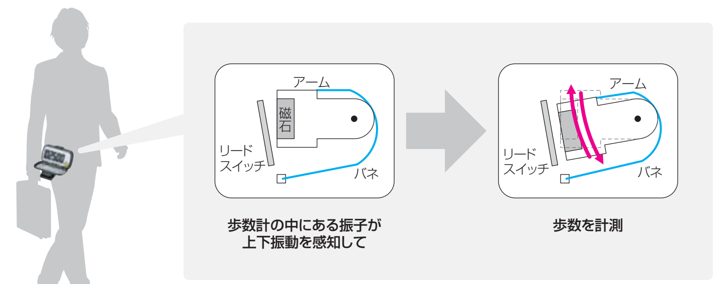
計測方式・主な特長	3D加速度センサー	バッグやポケットに入れて使用可能	汗や雨に強い防水構造	小雨でも大丈夫な防滴構造	バックライト搭載	パソコンでデータ管理	表示画面の固定とキー操作ロック
計測内容	歩数を計測	消費カロリーを計測	脂肪燃焼量を計測	歩行距離を計測	歩行時間を計測	平均速度を計測	エクササイズ量を計測
記録機能	30日分のデータをメモリー	14日分のデータをメモリー	前日のデータをメモリー	任意の区間を計測	Sウォークモードで30回分をメモリー	7日間累計を表示	設定した達成度を表示
その他仕様	画面表示の省電力モード	歩数表示画面自動復帰	電池交換時のメモリーを保存	日付・時刻の表示	時刻を表示		
使用電池 電池寿命（期間は目安）	CR2032 約1年	CR2032 約6ヶ月	LR44 約2年				
付属品	ストラップ付き	スプリングクリップで装着	専用ホルダー付き				

3D加速度センサー式歩数計と振子式歩数計の違い

3D加速度センサー歩数計の仕組み



振子式歩数計の仕組み



Peb シリーズのこだわり機能

累計データ

今日と、過去6日間を含む7日間の累計を表示します。7日間の累計データがひと目で分かります。
対応機種：TR10、TW700、TW610

歩数計測

3D（3軸）加速度センサーによりポケットやバッグの中など、あらゆる場所で歩数を計測できます。
対応機種：TR10、TW700、TW610、TW550、TW310

目標達成度

あらかじめ設定した1日の目標歩数（TR10のみ通常歩行モードでは歩数、スポーツウォークモードでは距離）に対する達成度を9段階で表示します。
対応機種：TR10、TW700、TW610

消費カロリー・脂肪燃焼量

歩行による消費カロリー、脂肪燃焼量がひと目で分かります。
対応機種：TR10、TW700、TW610、TW550

自動メモリー機能

すべての計測データを、毎日午前2:00に自動的にメモリーします。メモリーされる日数をさかのぼって確認できます。
※メモリーされる日数は製品によって異なります。詳しくは各製品のページをご確認ください。
対応機種：TR10、TW700、TW610、TW550、TW310

歩行距離・歩行時間・平均速度

歩行距離、歩行時間、平均速度を計測し表示するので、歩行の強度がひと目で分かります。
対応機種：TR10、TW700、TW610、TW550（歩行距離のみ）

オートリターン機能

どの画面をみていても、数秒間スイッチを押さないと、歩数表示画面に自動的に戻ります。
対応機種：TR10、TW700、TW610、TW550、TW310

エクササイズ（身体活動の量）

歩行による身体活動の強さと実施時間を計測し、身体活動の量《エクササイズ（Ex）》を自動計測します。
対応機種：TR10、TW700、TW610、TW550

省電力モード

消費電力を抑えるために、歩行やボタン操作がないと、約30秒後に画面表示が消え、省電力モードとなります。
歩行を再開したり、本体を手に取ると画面は復帰します。
対応機種：TR10、TW700、TW610、TW550、TW310

区間計測（ON/OFF 機能付き）

任意の区間を計測できる区間計測機能を搭載。お好みのシーンで計測をスタートさせると、さまざまな区間のデータを知ることができます。また、区間計測にはON/OFF機能を搭載。区間ごとに計測値を測り直さず、特定区間内のデータを集めるとき続けて計測ができる便利な機能です。
対応機種：TR10、TW700、TW610

※通常の歩数計測とは独立して計測するため、区間データをリセットしても通常の歩数計測データを失うことはありません。

メモリーバックアップ

電池交換しても、メモリーされた計測データや体重、身長などの設定値を保持します。
対応機種：TR10、TW700、TW610、TW550

※このページの液晶表示は機能説明用のイメージ画像です。実際の表示とは異なります。

活動量計・歩数計

活動量計

OR オレンジ　※実物大

PK ピンク

GR グリーン

NV ネイビー

WH ホワイト

誤測定防止

誤測定を防止するために、カウントスタートするときは歩行であるかどうかを判定するため、しばらくは歩数表示は変わりません。6 秒以上連続した動作を歩行とみなし、それまでの歩数に加算します。

ウォーキングもジョギングもこれ 1 台でらくらく計測

TR10

オープン価格

寸法：約 76（幅）× 26（高さ）× 12（厚さ）mm（ストラップ穴除く）
質量：約 25 g（電池含む）

商品コード：	JAN コード：
(オレンジ) TR10-OR	4562191601641
(ピンク) TR10-PK	4562191601627
(グリーン) TR10-GR	4562191601634
(ネイビー) TR10-NV	4562191601658
(ホワイト) TR10-WH	4562191601610

- 汗や雨に強い防水構造（IPX5、IPX7）
- 夜間の使用に便利なバックライト付き
- 表示している画面がひと目で分かるアニメーション表示
- 有酸素運動を自動で計測（スポーツウォークモード搭載）
- ドライバーなしで電池交換ができる新カバー構造

TR10 の多彩な機能でエクササイズを測ろう

いつでもどこでもデータ計測

高感度 3D 加速度センサー搭載

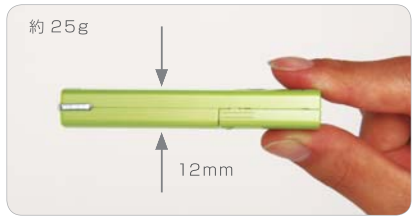
ポケットやバッグの中でも計測可能な 3D 加速度センサー搭載。

バックライト付き

夜間や暗いところで表示確認できるバックライト搭載。

スリム・軽量デザイン

本体質量約 25g、薄さ約 12mm と、薄型軽量設計。携帯しやすいサイズなので、日常のどのようなシーンでも持ち歩いて、いつでもどこでも歩数＆エクササイズの確認ができます。



充実のサポート機能

区間計測（ON/OFF 機能付き）

詳しくは右ページをご覧ください。

画面ホールド & キー操作ロック機能

普段よく見る表示画面を固定したり、キー操作をロックすることができます。例えば運動時に「距離」を常に表示させたい場合には、「距離」の画面で固定できます。

防水性能（IPX5/IPX7 ※）

TR10 は汗や雨に強い防水構造なので、安心してお使いいただけます。（洗濯機、浴槽やプールへの水没までは対応していませんので、十分にお気をつけください。）

※ IPX5……内径 6.3mm の注水ノズルを使用し約 3m の距離から 12.5L/ 分の水を 3 分以上注水する条件で、あらゆる方向から噴流を当てても、活動量計としての性能を保つことを意味しています。
※ IPX7……常温で水道水、かつ清水の水深 1m の水槽に活動量計本体を静かに沈め、約 30 分間水底に放置しても、内部に浸水せず、活動量計としての機能を保つことを意味します。
※防水性能を維持するため、2 年に 1 回、電池部のパッキンの交換をお勧めします。パッキンの交換（有料）は弊社お客様相談室でお受けいたします。

多彩な基本データ表示機能

歩数計測、消費カロリー、脂肪燃焼量、歩行距離、歩行時間、平均速度、エクササイズ（身体活動の量）、累計データ

目標達成度、30 日分メモリー、オートリターン機能、省電力モード、メモリーバックアップ

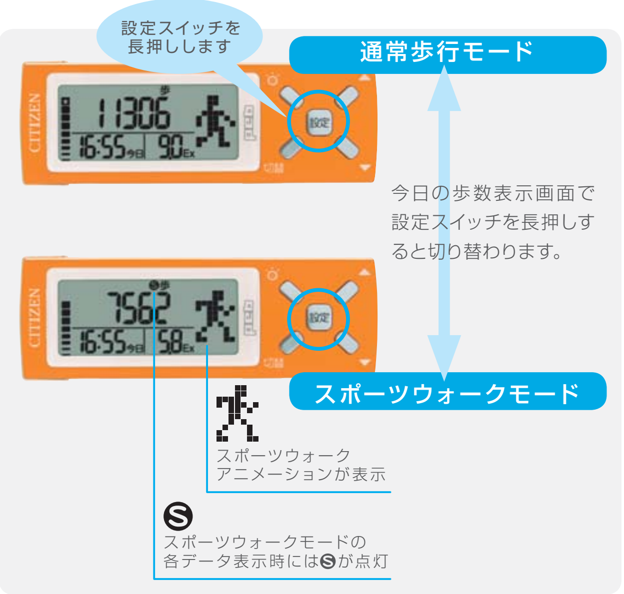
ストラップ付き

専用ホルダー付き

ひと目で分かるアニメーション表示でいつでもどこでも数値をチェック

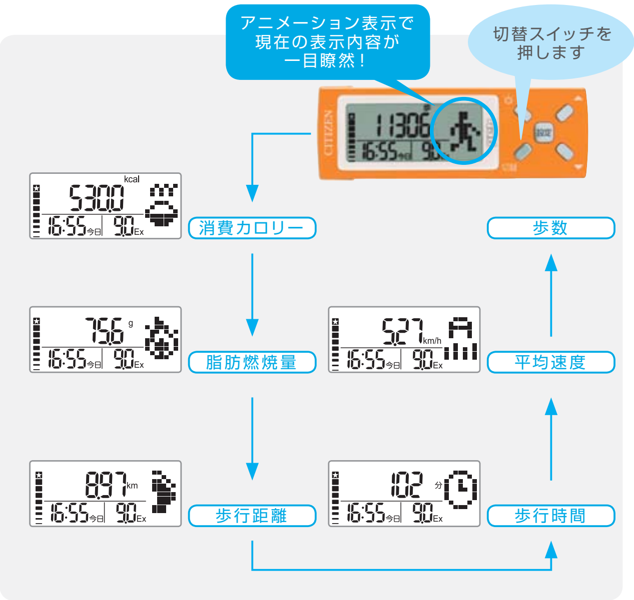
ウォーキングもジョギングも自動で計測

有酸素運動に相当する時速約 6km 以上の速歩やジョギングなど（スポーツウォーク）を、通常の歩行とは別に計測します。設定スイッチを長押しすることで通常歩行モードとスポーツウォークモードが切り替わり、それぞれの測定結果を確認することができます。



気になったら、いつでもデータチェック

すべての歩行を測定すると同時に、消費カロリー、脂肪燃焼量、歩行距離、歩行時間、平均速度の測定が可能です。（通常歩行の歩数にはスポーツウォークモードで計測された歩数も含みます）



区間計測機能を搭載

知りたい区間やこれから行う運動の歩数、距離、時間などを計測できる区間計測機能を搭載。
お好みのシーンで計測をスタートさせると、さまざまな区間のデータを知ることができます。

通常歩行モード

家から駅までなど、ある区間の歩数が計測できます。ハイキング中の歩数、旅行中の歩数などお好みのシーンでスタートさせると特定の区間の歩数を計測することができます。
通常歩行モードの区間計測では、ON/OFF 機能を搭載しているので、区間ごとに計測値を測り直さず、特定区間内のデータを集めるときに便利な機能です。

スポーツウォークモード Ⓢ

速歩やジョギングを行うときに、（通常歩行モードやスポーツウォークモードでの歩数とは別に）これから行う運動だけを計測することができます。切替スイッチを押すごとに、消費カロリーや距離、平均速度などの測定値の確認ができます。

30 回分の記録をメモリー

スポーツウォークモードの区間計測を行うと、1 回ごとのデータを 30 回分メモリーします。

速度の平均値比較（メモリー 01 の平均速度表示時）

メモリー 01 の平均速度表示時には、過去 3 回（メモリー番号 02 ～ 04）の平均速度との比較でアニメーションの表示が変わります。

運動時間が分かる時計表示付き

スポーツウォーク区間計測中は、ストップウォッチとして運動時間を表示します。

スポーツウォーク歩幅計測機能付き

スポーツウォーク時の歩幅を正確に求めるため、歩幅を計測し設定することができます。

歩数計

BL ブルー　　※実物大

BR ブラウン

GD ゴールド

WH ホワイト

誤測定防止

誤測定を防止するために、カウントスタートするときは歩行であるかどうかを判定するため、しばらくは歩数表示は変わりません。6 秒以上連続した動作を歩行とみなし、それまでの歩数に加算します。

パソコンにつないで楽しくデータ管理

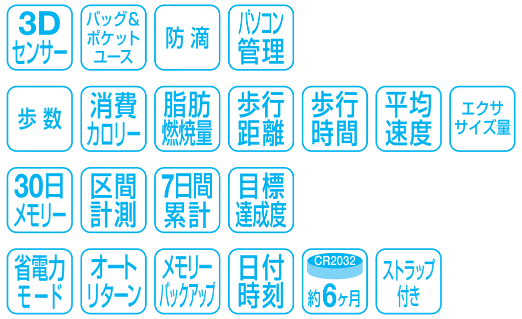
TW700

オープン価格

寸法：約 73（幅）× 31（高さ）× 10.5（厚さ）mm
質量：約 25 g（電池含む）

商品コード：	JAN コード：
（ブルー） TW700-BL	4562191600873
（ブラウン）TW700-BR	4562191600972
（ゴールド）TW700-GD	4562191601283
（ホワイト）TW700-WH	4562191601290

▌専用のアプリケーションソフト（無償）と付属の USB ケーブルを使ってパソコンで歩数などのデータ管理が可能



TW700 の多彩な機能でエクササイズを測ろう

いつでもどこでも データ計測

スリム・軽量デザイン

本体質量約 25g、薄さ約 10.5mm と、薄型軽量設計。携帯しやすいサイズなので、日常のどのようなシーンでも持ち歩いて、いつでもどこでも歩数&エクササイズの確認ができます。

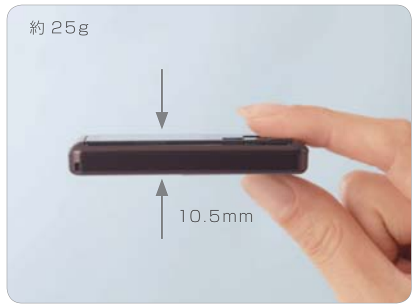
高感度 3D 加速度センサー搭載

ポケットやバッグの中でも計測可能な 3D 加速度センサー搭載。

多彩な 基本データ表示機能

歩数計測、消費カロリー、脂肪燃焼量、歩行距離、歩行時間、平均速度、エクササイズ（身体活動の量）、区間計測（ON/OFF 機能付き）、累計データ

目標達成度、30 日分メモリー、オートリターン機能、省電力モード、メモリーバックアップ



ストラップ付き

USB ケーブルにてパソコンと連動

pebNote

TW700 は、付属の USB ケーブルと、専用アプリケーションソフト「pebNote（ペブノート）」を使って、測定したデータをパソコンで管理することができます。「pebNote」はホームページよりダウンロードできます（無償）。

ダウンロード先　シチズン・システムズ ホームページ
http://www.citizen-systems.co.jp/electronic/health/tw700.html

メイン画面

歩数計からのデータと、入力した天気などのデータをメイン画面に表示します。メイン画面ではメモ入力することができ、日記がわりとしてもお使いいただけます。

グラフ表示画面

歩数、距離、エクササイズ、消費カロリー、脂肪燃焼量、運動時間など歩数計からのデータや、体重や腹囲といった入力データを日間、週間などの期間別にグラフ表示できます。

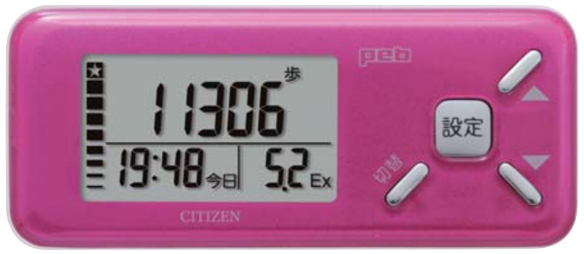
日本一周画面

計測した歩数からどこまで歩いたか、県庁所在地をつないだ日本地図上で表示します。実際に歩いた距離を日本地図を使って分かりやすいイメージで表示します。

動作環境一覧［pebNote バージョン 2.0］　　ご購入前にお持ちのパソコンをご確認ください

OS	Windows 7 Home Premium（32 ビット版、64 ビット版）、Windows 7 Professional（32 ビット版、64 ビット版）、Windows 7 Ultimate（32 ビット版、64 ビット版）、Windows Vista Home Premium SP1/SP2（32 ビット版、64 ビット版）、Windows XP Home Edition SP2/SP3（32 ビット版）、Windows XP Professional SP2/SP3（32 ビット版）、全て日本語版（※ 1、※ 2）
メモリ	512MB 以上（Windows 7 32 ビット版、64 ビット版）、512MB 以上（Windows Vista 32 ビット版、64 ビット版）、128MB 以上（Windows XP）
HDD	30MB 以上（.NET Framework 2.0 インストール済み）、256MB 以上（.NET Framework 2.0 インストール未）
解像度	XGA（1024 × 768 ドット）以上（左記以下のサイズの場合、ご使用になれません）
表示色	High Color（16 ビット）以上（左記以下のサイズの場合、正しく表示されないことがあります）
その他	キーボード、マウス、USB 端子（歩数計から計測値の直接取得を行うため）

※ 1　Windows 7 Enterprise、Windows Vista Enterprise は、動作保証外です。
※ 2　Microsoft 社のサポートが終了している OS（Windows95、98、me、2000）とサーバー系 OS（Windows 2000 Server、Windows Server 2003、Windows server 2008）は、動作保証外です。
● Windows XP、Windows Vista、Windows 7、.NET Framework は米国マイクロソフト社の商標または登録ソフトです。



MG マジェンタ　※実物大

RD レッド

PK ピンク

WH ホワイト

BK ブラック

誤測定防止
誤測定を防止するために、カウントスタートするときは歩行であるかどうかを判定するため、しばらくは歩数表示は変わりません。6 秒以上連続した動作を歩行とみなし、それまでの歩数に加算します。

スリムなボディに多彩な機能を凝縮

TW610

オープン価格

寸法 ： 約 73（幅）× 31（高さ）× 10（厚さ）mm
質量 ： 約 25 g（電池含む）

商品コード：	JAN コード：
(マジェンタ)TW610-MG	4562191601566
(レッド)TW610-RD	4562191601511
(ピンク)TW610-PK	4562191601559
(ホワイト)TW610-WH	4562191601528
(ブラック)TW610-BK	4562191601535

- おしゃれなカラーの薄型歩数計
- 設定した目標に対する目標達成度を表示
- スリム・軽量デザイン

ストラップ付き

3Dセンサー　バッグ&ポケットユース　防滴
歩数　消費カロリー　脂肪燃焼量　歩行距離　歩行時間　平均速度　エクササイズ量
14日メモリー　区間計測　7日間累計　目標達成度
省電力モード　オートリターン　メモリーバックアップ　日付時刻　CR2032 約6ヶ月　ストラップ付き

PK ピンク　※実物大

WH ホワイト

BK ブラック

誤測定防止
誤測定を防止するために、カウントスタートするときは歩行であるかどうかを判定するため、しばらくは歩数表示は変わりません。15 歩以上連続した動作を歩行とみなし、それまでの歩数に加算します。

使いやすいデジタル歩数計

TW550

オープン価格

寸法 ： 約 42（幅）× 70（高さ）× 12.5（厚さ）mm
質量 ： 約 30 g（電池含む）

商品コード：	JAN コード：
(ピンク)TW550-PK	4562191600828
(ホワイト)TW550-WH	4562191600750
(ブラック)TW550-BK	4562191601313

- おしゃれなカラーの大画面歩数計
- ひと目で分かりやすい 2 段表示

ストラップ付き

3Dセンサー　バッグ&ポケットユース
歩数　消費カロリー　脂肪燃焼量　歩行距離　エクササイズ量
14日メモリー　区間計測
省電力モード　オートリターン　メモリーバックアップ　時刻　CR2032 約1年　ストラップ付き

エクササイズとは

歩行による身体活動の強さと実施時間から、身体活動量〈エクササイズ（Ex）〉を計測し、表示します。速いペースで歩くのと、ゆっくりとしたペースで歩くのとでは、身体活動の強さは異なります。歩くペース(平均速度)を感知し、それぞれの身体活動の強さから、エクササイズを計測します。

対応機種：TR10、TW700、TW610、TW550

週に23エクササイズで健康管理

健康づくりのための運動指針 2006　～エクササイズガイド 2006～

生活習慣病を予防するための身体活動量・運動量および体力の基準値が、厚生労働省発行の「健康づくりのための運動指針 2006」で示されています。健康づくりのための身体活動量として、週に 23 エクササイズ以上の活発な身体活動（運動・生活活動）を行い、そのうち4エクササイズ以上の活発な運動を行うことを目標としています。この目標に含まれる活発な身体活動とは、3 メッツ以上の身体活動です。

メッツ＝身体活動の強さ

メッツとは、身体活動の強さを、安静時の何倍に相当するかを表した単位です。たとえば、普通歩行は3メッツに相当します。（右図参照）

エクササイズ＝身体活動の量

（身体活動の強さ × 時間）

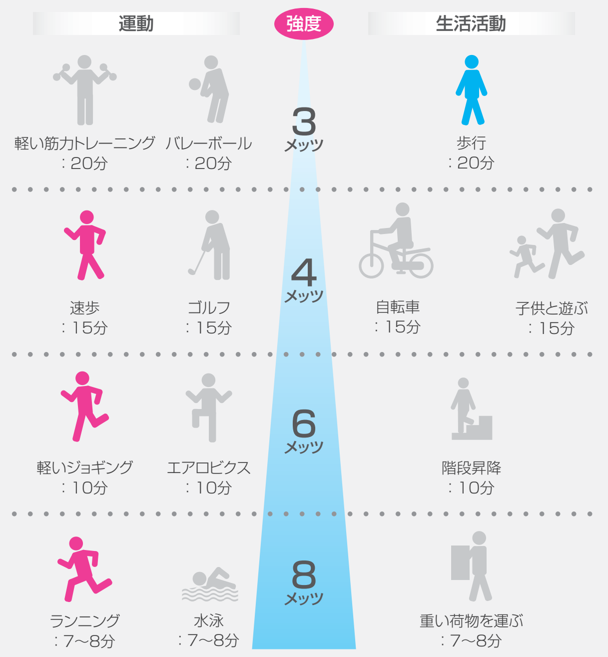
エクササイズは、身体活動の強さ（メッツ）に身体活動の実施時間（時）をかけた、「身体活動の量を表す」単位です。

たとえば、普通歩行を 20 分行うと…
　3 メッツ × 1 ／ 3 時間（20 分） ＝ 1 エクササイズ

強い身体活動ほど、短い時間で1エクササイズ相当となります。
　3 メッツの身体活動 × 1 時間 ＝ 3 エクササイズ
　6 メッツの身体活動 × 1 ／ 2 時間 ＝ 3 エクササイズ

出典 ： 健康づくりのための運動指針 2006 ～生活習慣病予防のために～

1 エクササイズに相当する活発な身体活動



昔の人はよく歩いていた

昔の人は 1 日 3 万歩も歩いていたといわれています。1 歩約 50cm だとすると、約 15km の計算になります。それが、交通手段の発達した現代では意識しなければ 1 日 1 万歩も歩いていないものです。歩く機会は、ウォーキングといったかしこまった形式でなくても、日常生活で意識することで増えます。駅やビルではエレベーターなどを使わずに階段を使う、電車に乗ったら1駅手前で降りてみる、車での外出ではなく徒歩や電車を使った休日の過ごし方など、意識するとあらゆるシーンで歩く機会はつくれます。まずは 1 日何歩歩いているのかを知り、ご自身のペースや体調に合わせて目標を立て、楽しく歩いてみましょう。

活動量計・歩数計

RD レッド

※実物大

BL ブルー

WH ホワイト

new

PK ピンク

歩数、時刻、前日メモリーの切替表示

誤測定防止

誤測定を防止するために、カウントスタートするときは歩行であるかどうかを判定するため、しばらくは歩数表示は変わりません。6 秒以上連続した動作を歩行とみなし、それまでの歩数に加算します。

操作がかんたんシンプル、見やすさ抜群

TW310

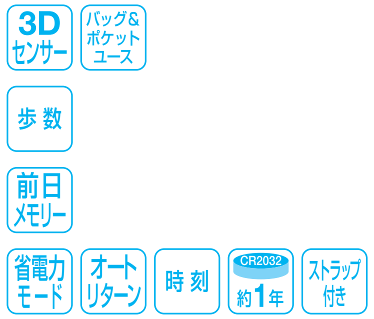
オープン価格

寸法：約 65（幅）× 33（高さ）× 12（厚さ）mm
質量：約 18 g（電池含む）

商品コード：	JAN コード：
（レッド）TW310-RD	4562191601351
（ブルー）TW310-BL	4562191601375
（ホワイト）TW310-WH	4562191601368
（ピンク）TW310-PK	4562191601696

- 大きな表示で見やすい歩数計
- ひと目で分かりやすく歩数を表示

ストラップ付き



見やすい大型液晶表示

TW300

希望小売価格 2,100 円
（本体価格 2,000 円）

寸法：約 55（幅）× 35.5（高さ）× 12.8（厚さ）mm
質量：約 21 g（電池含む）

商品コード：	JAN コード：
TW300-001	4562191600880

※実物大

- 振子式の歩数計測専用機
- 感度調整機能付き
- スプリングクリップでかんたん装着
- 消費カロリー早見表付き

スプリングクリップでかんたん装着

比較表

	活動量計	歩数計				
型式	TR10	TW700	TW610	TW550	TW310	TW300
希望小売価格(税込み)	オープン価格	オープン価格	オープン価格	オープン価格	オープン価格	2,100 円
寸法（幅×高さ×厚さ）	約 76 × 26 × 12mm	約 73 × 31 × 10.5mm	約 73 × 31 × 10mm	約 42 × 70 × 12.5mm	約 65 × 33 × 12mm	約 55 × 35.5 × 12.8mm
質量（電池含む）	約 25 g	約 25 g	約 25 g	約 30 g	約 18 g	約 21 g
歩数検出方式	3D 加速度センサー	3D 加速度センサー	3D 加速度センサー	3D 加速度センサー	3D 加速度センサー	振子式
バッグ & ポケットユース	●	●	●	●	●	-
ジョギング	●	-	-	-	-	-
防水構造	●（IPX5、IPX7）	-	-	-	-	-
防滴構造	-	●	●	-	-	-
バックライト	●	-	-	-	-	-
パソコン管理	-	●	-	-	-	-
画面ホールド	●	-	-	-	-	-
歩数	●	●	●	●	●	●
消費カロリー	●	●	●	●	-	-
脂肪燃焼量	●	●	●	●	-	-
歩行距離	●	●	●	●	-	-
歩行時間	●	●	●	-	-	-
平均速度	●	●	●	-	-	-
エクササイズ量	●	●	●	●	-	-
メモリー	30 日	30 日	14 日	14 日	1 日	-
区間計測	●（1 区間、ON/OFF）	●（1 区間、ON/OFF）	●（1 区間、ON/OFF）	●（1 区間）	-	-
スポーツモード区間計測メモリー	30 回	-	-	-	-	-
累計	7 日間	7 日間	7 日間	-	-	-
目標達成度	●	●	●	-	-	-
省電力モード	●（約 30 秒後）	●（約 30 秒後）	●（約 30 秒後）	●（約 30 秒後）	●（約 30 秒後）	-
オートリターン	●（約 15 秒後）	●（約 15 秒後）	●（約 15 秒後）	●（約 15 秒後）	●（約 15 秒後）	-
メモリーバックアップ	●	●	●	●	-	-
日付	●	●	●	-	-	-
時刻	●	●	●	●	●	-
電源	CR2032	CR2032	CR2032	CR2032	CR2032	LR44
電池寿命	約 6 ヶ月	約 6 ヶ月	約 6 ヶ月	約 1 年	約 1 年	約 2 年
ストラップ	●	●	●	●	●	-
スプリングクリップ	-	-	-	-	-	●
専用ホルダー	●	-	-	-	-	
掲載ページ	P.24	P.26	P.28	P.28	P.30	P.30

めざしてますか？
ベストな体組成。

私たちの体は運動をしているときだけでなく、食事をしているとき、歩いているときにもエネルギーが消費されています。また、寝ているとき、安静にしているとき、呼吸をしているとき、筋肉が維持されているとき、体温維持や臓器活動など、生命活動すべてのときにもエネルギーは消費されています。生命活動に必要なエネルギーを基礎代謝量といい、基礎代謝量が多いということは、食事などから摂取するエネルギーを体に溜めずにスムーズに燃焼できるといえます。消費する基礎代謝量と摂取するエネルギーのバランスはとても大切で、これらのバランスが崩れると、エネルギーが消費されずに溜まり、その結果体重が増え、脂肪量も増えてしまいます。これからの体重管理はただ体重だけを見るのでなく、体組成を知り、一人ひとりのスタイルに合わせた管理が必要となっています。

体組成とは

体組成とは、脂肪や筋肉、骨などの私たちの体を構成する組織のことです。自分の体組成の状態をチェックすることは、健康管理につながります。これまでにも肥満を予防･改善するために体脂肪率の測定をすることが健康維持に役立ってきました。今後はより健康で快適な生活を送るために、内臓の周辺につく内臓脂肪やエネルギー消費に関係する筋肉、体を支える骨などの体組成をチェックしましょう。

シチズン体組成計・体重計の主な機能

主な特長

- 体脂肪率を測定
- 内臓脂肪レベルを測定
- 基礎代謝量を測定
- 体内年齢を測定
- 筋肉量を測定
- 推定骨量を測定
- 増減チェック機能
- 肥満度を表示
- 標準体重を表示
- 17mm のうす型
- 100g 単位で測定
- 200g 単位で測定

使用電池
電池寿命
（期間は目安）

- 単３形乾電池 ×４本 約１年
- 単４形乾電池 ×４本 約１年

比較表

	体組成計	体重計	
型式	HM7000	HM3000	HM2000
希望小売価格（税込み）	オープン価格	8,925 円	6,825 円
寸法（幅×奥行×厚さ）	約 302 × 305 × 43mm	約 248 × 218 × 17mm	約 248 × 218 × 17mm
質量（電池含む）	約 2.3kg	約 1.5kg	約 1.5kg
表示単位	100g 単位	200g 単位	200g 単位
その他の表示機能	体脂肪率、内臓脂肪レベル、基礎代謝量、体内年齢、筋肉量、筋肉スコア、推定骨量	肥満度、標準体重	-
電源	単３形乾電池×４本	単４形乾電池×４本	単４形乾電池×４本

100g 単位

個人データを４人まで登録可能

HM7000

オープン価格

寸法	：約 302（幅）× 305（奥行）× 43（厚さ）mm
質量	：約 2.3kg（電池含む）
最大計量	：136kg
最小表示	：100g（100kg まで）、200g（100 ～ 136kg）
体脂肪率測定範囲	：5.0 ～ 75.0%（0.1%単位）

商品コード：HM7000　JAN コード：4562191600231

▮測定モードは、体重・体脂肪率のほかに、「内臓脂肪レベル」「基礎代謝量・体内年齢」「筋肉量・筋肉量スコア」「推定骨量」を測定
▮体重急激増加お知らせ機能付き

※ペースメーカーなどの体内機器を装着されている方は使用しないでください。

体脂肪率測定 / 内臓脂肪レベル測定 / 基礎代謝量測定 / 体内年齢 / 筋肉量測定 / 推定骨量測定 / 増減チェック / 100g 単位 / 単3電池 ×4本 約1年

200g 単位

肥満度計算表示

HM3000

希望小売価格 8,925 円（本体価格 8,500 円）

寸法	：約 248（幅）× 218（奥行）× 17（厚さ）mm
質量	：約 1.5kg（電池含む）
最大計量	：150kg
最小表示	：500g（0 ～ 5kg 未満） 200g（5kg ～ 100kg 未満） 1kg（100kg ～ 150kg）

商品コード：HM3000-001　JAN コード：4562191600910

▮見やすい高輝度デジタル表示
▮本体厚さ 17mm の薄型体重計

肥満度表示 / 標準体重 / うす型 / 200g 単位 / 単4電池 ×4本 約1年

200g 単位

うす型 17mm

HM2000

希望小売価格 6,825 円（本体価格 6,500 円）

寸法	：約 248（幅）× 218（奥行）× 17（厚さ）mm
質量	：約 1.5kg（電池含む）
最大計量	：150kg
最小表示	：500g（0 ～ 5kg 未満） 200g（5kg ～ 100kg 未満） 1kg（100kg ～ 150kg）

商品コード：HM2000-001　JAN コード：4562191600897

▮見やすい高輝度デジタル表示
▮本体厚さ 17mm の薄型体重計

うす型 / 200g 単位 / 単4電池 ×4本 約1年

温度と湿度を保って健康管理

温度と湿度を適切に保つことは、健康を維持するための大切なポイントです。特に夏場の室内で発生する熱中症は湿度と室温の相関関係によって起こることがわかっています。また乾燥時期に猛威を振るうインフルエンザには、充分な湿度（50～60%）が予防に効果を発揮することが知られています。日々の健康に不可欠な温度と湿度を管理するのがコードレス温湿度計 THD501 です。

子機センサーで測定された温湿度は、親機へ自動送信され、離れた場所でも常に温湿度管理が可能です。親機画面の上段では親機設置場所の温湿度を表示し、下段では子機センサー設置場所の温湿度を表示。また日本生気象学会『日常生活における熱中症予防指針』に基づいた熱中症指標を親機表示部中央に4段階で表示するため、ひと目で危険指数を確認できる仕組みになっています。面倒な設定も必要なく、電池を入れるだけで測定がスタートするのも特徴のひとつです。

シチズン・システムズでは、THD501 のように、かんたんで便利にお使いいただける機器の開発を進めています。みなさまの健康生活をサポートすることで、社会に貢献したいと考えています。

new　簡易熱中症指標表示付き

離れた場所の温湿度もモニターできる コードレス温湿度計

THD501　　オープン価格

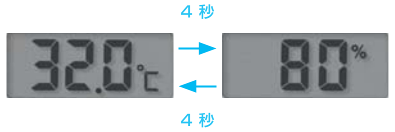
寸法：約 148（幅）× 140（高さ）× 25（奥行）mm［親機］
約 65（幅）× 122（高さ）× 22（奥行）mm［子機センサー］
質量：親機 約 220g（電池含まず）　子機 約 85g（電池含まず）
商品コード：THD501　JAN コード：4562191601832

- 子機センサーから親機へ温湿度を約 1 分ごとに自動送信
- 親機と子機センサーの 2 ヶ所の温湿度測定が可能
- 熱中症指標を4段階で表示
- 面倒な設定は不要。電池を入れるだけで測定開始
- 大きな液晶画面に見やすい表示

屋内でも屋外でも離れた場所の温湿度をモニタリング

防滴構造の子機センサー付き

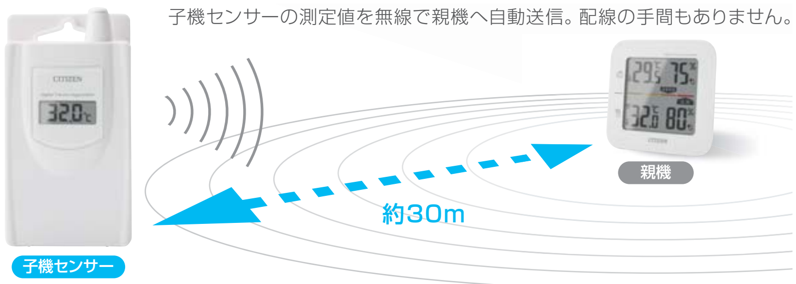
防滴構造なので屋外のモニターも可能。子機センサーは温度と湿度を約 4 秒ごとに交互に表示します。



屋内でも屋外でも約 30m までモニター可能です※1

※1：親機と子機センサーは、遮蔽物のない見通しのよい空間距離で約 30m まで通信可能

子機センサーの測定値を無線で親機へ自動送信。配線の手間もありません。

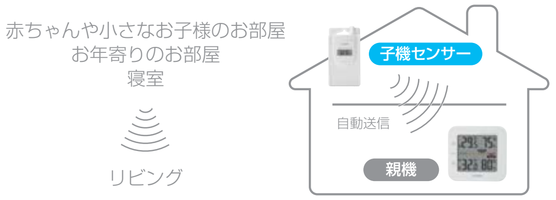


使用例①　屋内と屋外

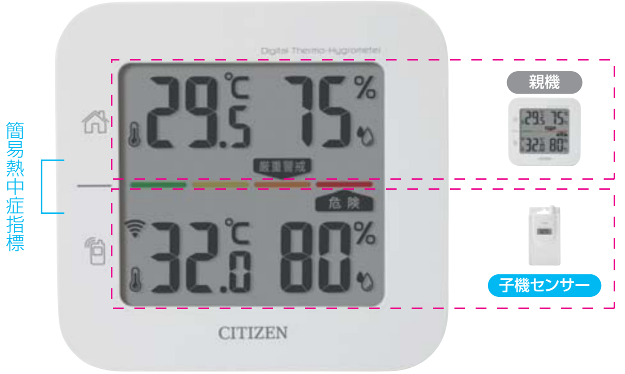
・窓を開けなくても、屋内から屋外の温湿度をモニターできます。
・熱中症対策はもちろん、秋や春の衣替えや梅雨など気温変化の激しい時期の外出前の温湿度確認にも役立ちます。

使用例②　屋内 2 ヶ所

猛暑や厳冬の季節には、同じ建物でもお部屋によって温湿度は異なります。リビングに居ながら離れたお部屋の温湿度を確認できます。



簡易熱中症指標表示で夏でも安心



2 ヶ所の温湿度を同時に測定

親機と子機センサーで 2 ヶ所の温湿度を測定できます。
子機センサーの測定値は、親機へ無線で自動送信し表示されます。

［親機画面］
上段に親機の温湿度、下段に子機センサーの温湿度を表示します。
［子機センサー画面］
子機センサー設置場所の温度と湿度を約 4 秒ごとに交互に表示します。

例えば、リビングと屋外、お子様・お年寄りの部屋など、親機と子機センサーで同時に 2 ヶ所の温湿度を測定できます。
シンプルでクリーンなデザインは、店舗や事務所にもぴったりです。

簡易熱中症指標表示について

日本生気象学会の「日常生活における熱中症予防指針」に基づき、注意・警戒・厳重警戒・危険の 4 段階の熱中症指標（WBGT）を表示します。熱中症指標（WBGT）は、気温が低くても、湿度が高いと熱中症指標（WBGT）が高くなります。

注意　警戒　厳重警戒　危険

熱中症指標表示	温度基準（WBGT）	注意すべき生活活動の目安	注意事項
危険	危険（31℃以上）	すべての生活活動でおこる危険性	高齢者においては安静状態でも発生する危険性が大きい。外出はなるべく避け、涼しい室内に移動する。
厳重警戒	厳重警戒（28～31℃）		外出時は炎天下を避け、室内では室温の上昇に注意する。
警戒	警戒（25～28℃）	中等度以上の生活活動でおこる危険性	運動や激しい作業をする際は定期的に充分に休息を取り入れる。
注意	注意（25℃未満）	強い生活活動でおこる危険性	一般に危険性は少ないが激しい運動や重労働時には発生する危険性がある。
	20.9℃以下	なし	

※本製品「THD501」の簡易熱中症指標表示は、WBGT 値を「温度基準」に採用、その温度レベルによって「危険」（31℃以上）、「厳重警戒」（28～31℃）、「警戒」（25～28℃）、「注意」（25℃未満）の 4 段階に分類。

熱中症指標（WBGT）と気温、湿度の関係

相対湿度（%）／気温（℃）（乾燥温度）

気温（℃）	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90	95	100
40	29	30	31	32	33	34	35	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44
39	28	29	30	31	32	33	34	35	35	36	37	38	39	40	41	42	43
38	28	28	29	30	31	32	33	34	35	35	36	37	38	39	40	41	42
37	27	28	29	29	30	31	32	33	35	35	35	36	37	38	39	40	41
36	26	27	28	29	29	30	31	32	33	34	34	35	36	37	38	39	39
35	25	26	27	28	29	29	30	31	32	33	33	34	35	36	37	38	38
34	25	25	26	27	28	29	29	30	31	32	33	33	34	35	36	37	37
33	24	25	25	26	27	28	28	29	30	31	32	32	33	34	35	35	36
32	23	24	25	25	26	27	28	28	29	30	31	31	32	33	34	34	35
31	22	23	24	24	25	26	27	27	28	29	30	30	31	32	33	33	34
30	21	22	23	24	24	25	26	27	27	28	29	29	30	31	32	32	33
29	21	21	22	23	24	24	25	26	26	27	28	29	29	30	31	31	32
28	20	21	21	22	23	23	24	25	25	26	27	28	28	29	30	30	31
27	19	20	21	21	22	23	23	24	25	25	26	27	27	28	29	29	30
26	18	19	20	20	21	22	22	23	24	24	25	26	26	27	28	28	29
25	18	18	19	20	20	21	22	22	23	23	24	25	25	26	27	27	28
24	17	18	18	19	19	20	21	21	22	22	23	24	24	25	26	26	27
23	16	17	17	18	19	19	20	20	21	22	22	23	23	24	25	25	26
22	15	16	17	17	18	18	19	19	20	21	21	22	22	23	24	24	25
21	15	15	16	16	17	17	18	19	19	20	20	21	21	22	23	23	24

出典：日本生気象学会「日常生活における熱中症予防指針」Ver.1

面倒な設定は不要

電池を入れるとすぐ測定をスタートし、表示します。親機、子機センサーともに卓上・壁掛け使用ができ設置場所を選びません。

製品仕様

［親機］
定格及び電源：DC4.5V（単 3 形アルカリ乾電池 3 本）／温度測定範囲：－ 30.0℃～ 60.0℃／温度最小表示：0.1℃／湿度最小表示：1% ／測定間隔：約 1 分／表示：親機および子機センサー設置場所の温度・湿度、親機および子機センサー設置場所の簡易熱中症指標

［子機センサー］
定格及び電源：DC4.5V（単 3 形アルカリ乾電池 3 本）／防滴構造／温度測定範囲：－ 30.0℃～60.0℃／温度最小表示：0.1℃／湿度最小表示：1% ／測定間隔：約 1 分／通信距離：約 30m （親機と子機センサーの間に遮蔽物のない空間距離）／表示：子機センサー設置場所の温度・湿度

超音波の力でスッキリ洗浄

身の回りの大切な時計やメガネ、アクセサリーなどには、実は目には見えない汚れが溜まっているのです。皮脂、汗、空気中のホコリや砂などの日常の様々な汚れは、時計バンドやメガネにさびを発生させたり劣化を早めたり、衣服を汚したりすることがあります。このような目には見えない汚れ、頑固な汚れを落とすには、超音波洗浄器がとても便利です。超音波の振動で水中に目には見えない細かい気泡を発生させ、その気泡がはじけるときにできる衝撃波が、手のとどかない微細な隙間の汚れを粉砕して、布やブラシ、水流では落ちない汚れをスッキリ取り除きます。汚れは放っておくとさびが発生し、時計の場合は壊れたり、洋服の袖口を汚す原因となります。大切な持ちもののためにも超音波洗浄器で定期的に洗う習慣をおすすめします。

超音波洗浄器と洗浄液の効果は？

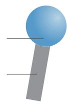
汚れは放っておくとさびが発生し、時計の場合は壊れたり、洋服の袖口を汚す原因となります。大切な持ちもののためにも超音波洗浄器で定期的に洗う習慣をおすすめします。

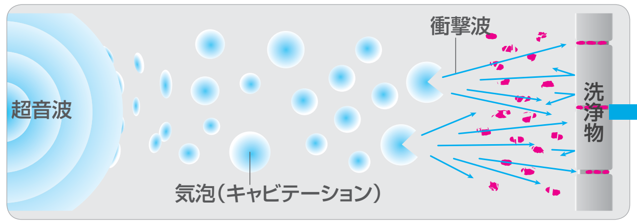
超音波でミクロの汚れが落ちるしくみ

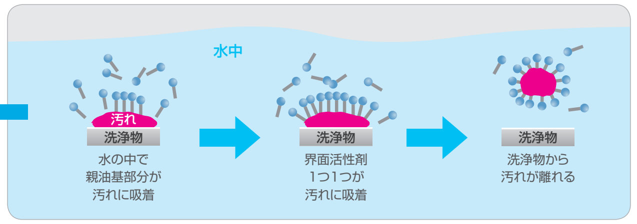
振動子による超音波の振動で、水中に目に見えない気泡（キャビテーション）が無数に発生します。その気泡（キャビテーション）のはじける瞬間にでる衝撃波が手のとどかない微細なすき間の汚れを粉砕して、布やブラシ、水流では落ちない汚れをスッキリ取り除きます。

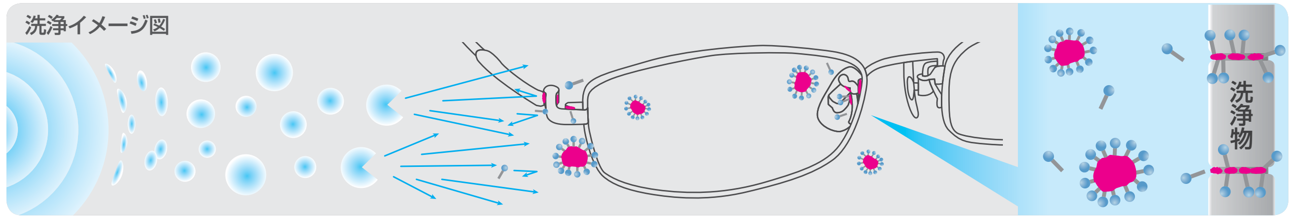
ミクロマジックが汚れを落とすメカニズム

ミクロマジックには界面活性剤が含まれ、水と仲の良い部分(親水基)と油と仲の良い部分(親油基)が汚れに付着し、洗浄物から汚れを落とします。









ミクロマジックは、高い洗浄力を持ち、人に優しい高機能洗浄液です！

超音波の振動とミクロマジックの優れた特性が一緒に機能することで、ブラシや水流だけでは落ちないすき間に溜まった頑固な汚れをしっかり取り除き、大切な時計やメガネを長持ちさせます！

超音波洗浄器で洗浄できないもの

- べっ甲（メガネなど）
- 宝石付きの貴金属やメガネ
- 象牙・石材（ハンコなど）
- 腕時計本体（防水型を含む）
- コンタクトレンズ
- 宝石（真珠、トルコ石、オパール、ひすい、エメラルド、珊瑚、コハクなど）
- 偏光レンズ付きのメガネやサングラス
- メガネのレンズがプラスチック製の場合
- キズやはがれなどがあるメガネフレームなど

※超音波洗浄器はペースメーカー等の体内機器を装着されている方は使用しないでください。

超音波洗浄器

アクセサリー・時計バンドも本来の輝きを取り戻します

定格電圧 : AC100V
定格周波数 : 50/60Hz
消費電力 : 26W
超音波発振周波数 : 42KHz

5段階の選べるタイマー機能！

家庭用

SW5800 オープン価格

本体外形寸法 : 約210（幅）×153（奥行）×122（高さ）mm
洗浄槽内寸法 : 約148（幅）×125（奥行）×45（深さ）mm（上限基準線35mm）
洗浄槽容積 : 約750ml（上限基準線約600ml）
タイマー : 5段階（300、240、180、120、60秒）
付属品 : 洗浄カゴ、時計ホルダー
質量 : 約1,000g

商品コード：SW5800
JANコード：4562191600262

- 汚れの度合いに応じて洗浄時間の設定が可能
- タイマーはカウントダウン表示
- 過熱を防ぐ保護回路（サーモスタット）をつけた安全設計
- 洗浄カゴ、時計ホルダー付き

※ペースメーカーなどの体内機器を装着されている方は使用しないでください。

メガネの洗浄に最適です

定格電圧 : AC100V
定格周波数 : 50/60Hz
消費電力 : 40W
超音波発振周波数 : 43KHz

2つの振動子でダブル洗浄！

家庭用

SW1500 希望小売価格 15,750円（本体価格 15,000円）

本体外形寸法 : 約217（幅）×120（奥行）×113（高さ）mm
洗浄槽内寸法 : 約182（幅）×86（奥行）×56（深さ）mm
洗浄槽容積 : 上限基準線 約570cc
タイマー : 自動オフ5分
付属品 : 洗浄カップ
質量 : 約1,050g

商品コード：SW1500
JANコード：4562191600934

- メガネの場合、両眼レンズにキャビテーション効果を発揮
- 左右別々の物の洗浄が可能
- 過熱を防ぐ保護回路（サーモスタット）をつけた安全設計
- 洗浄カップ付き

※ペースメーカーなどの体内機器を装着されている方は使用しないでください。

超音波洗浄器専用洗浄液

ガンコな汚れを落とすために

WL100（ミクロマジック） 希望小売価格 735円（本体価格 700円）

液性 : 中性
成分 : 界面活性剤18.6%(ポリオキシエチレンアルキルエーテル、トリアルキルアミンオキシド)
内容量 : 100ml（約20回分）
用途 : 時計バンド、メガネの洗浄

商品コード：WL100
JANコード：4562191600453

- 時計バンドやメガネに溜まる汚れに有効な洗浄成分
- 蓄積された汚れが、1回の洗浄で見違えるほどきれいに
- 人に優しく、生活排水として廃棄が可能

※入れ歯の洗浄には使用しないでください。

梱包仕様

電子血圧計

商品コード	希望小売価格〈本体価格〉	JANコード	カートン内容	寸法：幅 × 奥行 × 高さ (mm) 個装箱	サブカートン	マスターカートン
CH551	オープン価格	4 562191 601689	寸法	130 X 112 X 185	—	587 X 390 X 302
			重量	775g	—	16.9kg
			入数	1	—	20
CH550	オープン価格	4 562191 601672	寸法	130 X 112 X 185	—	587 X 390 X 302
			重量	765g	—	16.6kg
			入数	1	—	20
CH463E	オープン価格	4 562191 600446	寸法	196 X 158 X 202	—	809 X 406 X 242
			重量	1.2kg	—	14.7kg
			入数	1	—	10
CH453F	オープン価格	4 562191 601344	寸法	165 X 130 X 87	—	480 X 350 X 287
			重量	425g	—	13.7kg
			入数	1	—	20
CH433B	オープン価格	4 562191 600590	寸法	165 X 130 X 90	—	480 X 350 X 292
			重量	600g	—	12.7kg
			入数	1	—	20
CHD701	オープン価格	4 562191 601801	寸法	304 X 169 X 208	—	635 X 430 X 375
			重量	1.26kg	—	11.8kg
			入数	1	—	8
CH657F-BK	オープン価格	4 562191 601740	寸法	94 X 54 X 131	—	570 X 226 X 278
			重量	220g	—	9.8kg
			入数	1	—	40
CH650F-BK	オープン価格	4 562191 601757	寸法	98 X 91 X 135	—	512 X 306 X 382
			重量	290g	—	13.2kg
			入数	1	—	40
CH658-WH	オープン価格	4 562191 601597	寸法	104 X 99 X 146	—	515 X 438 X 327
			重量	290g	—	13.4kg
			入数	1	—	40
CH657F	オープン価格	4 562191 600798	寸法	94 X 54 X 131	—	570 X 226 X 278
			重量	220g	—	9.8kg
			入数	1	—	40
CH657F-PK		4 562191 601474	寸法	104 X 99 X 146	—	515 X 438 X 327
			重量	290g	—	13.4kg
			入数	1	—	40
CH657F-CG		4 562191 601467	寸法	104 X 99 X 146	—	515 X 438 X 327
			重量	290g	—	13.4kg
			入数	1	—	40
CH657F-PM		4 562191 601450	寸法	104 X 99 X 146	—	515 X 438 X 327
			重量	290g	—	13.4kg
			入数	1	—	40
CH650F	オープン価格	4 562191 601382	寸法	98 X 91 X 135	—	512 X 306 X 382
			重量	290g	—	13.2kg
			入数	1	—	40

電子体温計

商品コード	希望小売価格〈本体価格〉	JANコード	カートン内容	寸法：幅 × 奥行 × 高さ (mm) 個装箱	サブカートン	マスターカートン
CTEB502	オープン価格	4 562191 601719	寸法	52 X 41 X 165	201 X 105 X 177	550 X 366 X 435
			重量	52g	616g	13.4kg
			入数	1	10	200
CTE501	オープン価格	4 562191 601702	寸法	52 X 41 X 165	201 X 105 X 177	550 X 366 X 435
			重量	52g	616g	13.4kg
			入数	1	10	200
CTEB503L	オープン価格	4 562191 601771	寸法	52 X 41 X 165	201 X 105 X 177	550 X 366 X 435
			重量	52g	616g	13.4kg
			入数	1	10	200
CT791SP	オープン価格	4 562191 600699	寸法	81 X 33 X 185	359 X 188 X 89	779 X 469 X 390
			重量	60g	915g	20.5kg
			入数	1	10	200
CT515-OR	オープン価格	4 562191 601436	寸法	79 X 32 X 185	359 X 188 X 89	779 X 462 X 390
			重量	42g	670g	15.3kg
			入数	1	10	200
CT515-GR		4 562191 601429	寸法	79 X 32 X 185	359 X 188 X 89	779 X 462 X 390
			重量	42g	670g	15.3kg
			入数	1	10	200
CT422	オープン価格	4 562191 600583	寸法	41 X 20 X 173	175 X 102 X 87	530 X 365 X 205
			重量	38g	420g	9.3kg
			入数	1	10	200
CT422-BL		4 562191 601733	寸法	42 X 20 X 173	175 X 97 X 88	510 X 365 X 205
			重量	41g	450g	9.7kg
			入数	1	10	200
CT422-PK		4 562191 601726	寸法	42 X 20 X 173	175 X 97 X 88	510 X 365 X 205
			重量	41g	450g	9.7kg
			入数	1	10	200
CT786SP	2,625円〈2,500円〉	4 562191 600064	寸法	56 X 26 X 196	200 X 115 X 135	590 X 420 X 310
			重量	65g	750g	17kg
			入数	1	10	200
CT785V	3,150円〈3,000円〉	4 562191 600118	寸法	55 X 23 X 194	198 X 115 X 120	590 X 415 X 255
			重量	72g	775g	17kg
			入数	1	10	200
CT783L	3,150円〈3,000円〉	4 562191 600101	寸法	55 X 21 X 194	196 X 113 X 110	595 X 423 X 255
			重量	50g	550g	12.5kg
			入数	1	10	200
CT820	6,300円〈6,000円〉	4 562191 600200	寸法	85 X 35 X 198	340 X 195 X 105	410 X 360 X 590
			重量	108g	1.1kg	14kg
			入数	1	10	100

梱包仕様

活動量計・歩数計

商品コード	希望小売価格〈本体価格〉	JANコード	カートン内容	寸法：幅 × 奥行 × 高さ (mm) 個装箱	サブカートン	マスターカートン
TR10-OR	オープン価格	4 562191 601641	寸法	77 X 39 X 166	285 X 208 X 82	445 X 430 X 340
			重量	100g	1.05kg	12.3kg
			入数	1	10	100
TR10-PK		4 562191 601627	寸法	77 X 39 X 166	285 X 208 X 82	445 X 430 X 340
			重量	100g	1.05kg	12.3kg
			入数	1	10	100
TR10-GR		4 562191 601634	寸法	77 X 39 X 166	285 X 208 X 82	445 X 430 X 340
			重量	100g	1.05kg	12.3kg
			入数	1	10	100
TR10-NV		4 562191 601658	寸法	77 X 39 X 166	285 X 208 X 82	445 X 430 X 340
			重量	100g	1.05kg	12.3kg
			入数	1	10	100
TR10-WH		4 562191 601610	寸法	77 X 39 X 166	285 X 208 X 82	445 X 430 X 340
			重量	100g	1.05kg	12.3kg
			入数	1	10	100
TW700-BL	オープン価格	4 562191 600873	寸法	77 X 30 X 165	290 X 167 X 88	465 X 370 X 315
			重量	100g	1.1kg	11.8kg
			入数	1	10	100
TW700-BR		4 562191 600972	寸法	77 X 30 X 165	290 X 167 X 88	465 X 370 X 315
			重量	100g	1.1kg	11.8kg
			入数	1	10	100
TW700-GD		4 562191 601283	寸法	77 X 30 X 165	290 X 167 X 88	465 X 370 X 315
			重量	100g	1.1kg	11.8kg
			入数	1	10	100
TW700-WH		4 562191 601290	寸法	77 X 30 X 165	290 X 167 X 88	465 X 370 X 315
			重量	100g	1.1kg	11.8kg
			入数	1	10	100
TW610-MG	オープン価格	4 562191 601566	寸法	77 X 20 X 165	290 X 117 X 88	465 X 250 X 315
			重量	73g	833g	9kg
			入数	1	10	100
TW610-RD		4 562191 601511	寸法	77 X 20 X 165	290 X 117 X 88	465 X 250 X 315
			重量	73g	833g	9kg
			入数	1	10	100
TW610-PK		4 562191 601559	寸法	77 X 20 X 165	290 X 117 X 88	465 X 250 X 315
			重量	73g	833g	9kg
			入数	1	10	100
TW610-WH		4 562191 601528	寸法	77 X 20 X 165	290 X 117 X 88	465 X 250 X 315
			重量	73g	833g	9kg
			入数	1	10	100
TW610-BK		4 562191 601535	寸法	77 X 20 X 165	290 X 117 X 88	465 X 250 X 315
			重量	73g	833g	9kg
			入数	1	10	100
TW550-PK	オープン価格	4 562191 600828	寸法	77 X 25 X 165	290 X 145 X 88	475 X 310 X 315
			重量	73g	845g	9kg
			入数	1	10	100
TW550-WH		4 562191 600750	寸法	77 X 25 X 165	290 X 145 X 88	475 X 310 X 315
			重量	73g	845g	9kg
			入数	1	10	100
TW550-BK		4 562191 601313	寸法	77 X 25 X 165	290 X 145 X 88	475 X 310 X 315
			重量	73g	845g	9kg
			入数	1	10	100

活動量計・歩数計

商品コード	希望小売価格〈本体価格〉	JANコード	カートン内容	寸法：幅 × 奥行 × 高さ (mm) 個装箱	サブカートン	マスターカートン
TW310-RD	オープン価格	4 562191 601351	寸法	82 X 23 X 165	319 X 167 X 84	690 X 437 X 355
			重量	42g	735g	16.9kg
			入数	1	10	200
TW310-BL		4 562191 601375	寸法	82 X 23 X 165	319 X 167 X 84	690 X 437 X 355
			重量	42g	735g	16.9kg
			入数	1	10	200
TW310-WH		4 562191 601368	寸法	82 X 23 X 165	319 X 167 X 84	690 X 437 X 355
			重量	42g	735g	16.9kg
			入数	1	10	200
TW310-PK		4 562191 601696	寸法	82 X 23 X 165	319 X 167 X 84	690 X 437 X 355
			重量	42g	735g	16.9kg
			入数	1	10	200
TW300-001	2,100円〈2,000円〉	4 562191 600880	寸法	80 X 26 X 134	155 X 80 X 185	330 X 440 X 400
			重量	44g	480g	10.42kg
			入数	1	10	200

体組成計・体重計

商品コード	希望小売価格〈本体価格〉	JANコード	カートン内容	寸法：幅 × 奥行 × 高さ (mm) 個装箱	サブカートン	マスターカートン
HM7000	オープン価格	4 562191 600231	寸法	383 X 350 X 60	—	390 X 335 X 365
			重量	2.96kg	—	15.36kg
			入数	1	—	5
HM3000-001	8,925円〈8,500円〉	4 562191 600910	寸法	245 X 294 X 38	—	216 X 306 X 265
			重量	1.6kg	—	16.8kg
			入数	1	—	10
HM2000-001	6,825円〈6,500円〉	4 562191 600897	寸法	245 X 294 X 38	—	216 X 306 X 265
			重量	1.6kg	—	16.8kg
			入数	1	—	10

コードレス温湿度計

商品コード	希望小売価格〈本体価格〉	JANコード	カートン内容	寸法：幅 × 奥行 × 高さ (mm) 個装箱	サブカートン	マスターカートン
THD501	オープン価格	4 562191 601832	寸法	162 X 75 X 154	392 X 335 X 167	405 X 348 X 357
			重量	504g	6.04kg	13.1kg
			入数	1	10	20

超音波洗浄器

商品コード	希望小売価格〈本体価格〉	JANコード	カートン内容	寸法：幅 × 奥行 × 高さ (mm) 個装箱	サブカートン	マスターカートン
SW5800	オープン価格	4 562191 600262	寸法	240 X 190 X 168	—	500 X 400 X 380
			重量	1.28kg	—	11.4kg
			入数	1	—	8
SW1500	15,750円〈15,000円〉	4 562191 600934	寸法	241 X 162 X 142	427 X 495 X 470	520 X 440 X 350
			重量	1.3kg	6kg	14.7kg
			入数	1	5	10
WL100	735円〈700円〉	4 562191 600453	寸法	φ40 X 120	205 X 83 X 129	443 X 215 X 274
			重量	277g	2.84kg	28.7kg
			入数	1	10	100

■カタログ記載内容についてのご注意

●改良のため、仕様の一部を予告なく変更することがあります。また、商品の色調は印刷のため実物と異なる場合もありますので、あらかじめご了承ください。
●当カタログに記載された機種の中には品切れになるものもございますので、あらかじめ販売店にお確かめのうえ、お選びください。
●表示はハメコミ合成のものもあります。
●当カタログの商品は日本国内仕様です。海外では使用できない場合があります。
●周囲の温度や使用条件によって電池の使用時間が短くなります。また購入当初に付属している電池はモニター用電池です。自然放電等により使用時間が短い場合もありますので、あらかじめご了承ください。
●当カタログに掲載された商品の価格はすべてメーカー希望小売価格です。
●商品に関してのお問い合わせは、販売店又はシチズン・システムズ株式会社　お客様相談室までお問い合わせください。
● CITIZEN はシチズンホールディングス株式会社の登録商標です。
●ダイヤルカフはシチズンホールディングス株式会社の登録商標です。
● peb、pebNote、スポーツウォーカー、スポーツウォークはシチズンホールディングス株式会社の登録商標です。

■製品使用上のご注意

●ご使用の前に取扱説明書をよくお読みのうえ、正しくお使いください。
●電池の誤ったご使用は火災やけがの原因となりますので、次のことを必ず守って正しくお使いください。
1）指定以外の電池は使わないでください。
2）新しい電池と、古い電池を混ぜて使用しないでください。
3）電池は全部同ブランド・同じ機種のものを使用してください。
4）電池のプラス（+）、マイナス（−）は表示通り正しく入れてください。
5）充電式の電池は使用しないでください。
●ご使用済みの電池類は各自治体の指示に従って処分してください。

CITIZEN
Micro HumanTech

シチズン·システムズ株式会社
〒188-8511 東京都西東京市田無町 6-1-12
http://www.citizen-systems.co.jp
E-mail : support@systems.citizen.co.jp

商品に関するご相談·お問い合わせは、
弊社お客様相談室でお受けいたします。
受付時間 :10時〜17時
月〜金（祝祭日、年末年始を除く）
0120-88-6295
通話料は無料です。

お問い合わせ・ご用命は

CTLG-KK12-1
Printed in Japan
120530